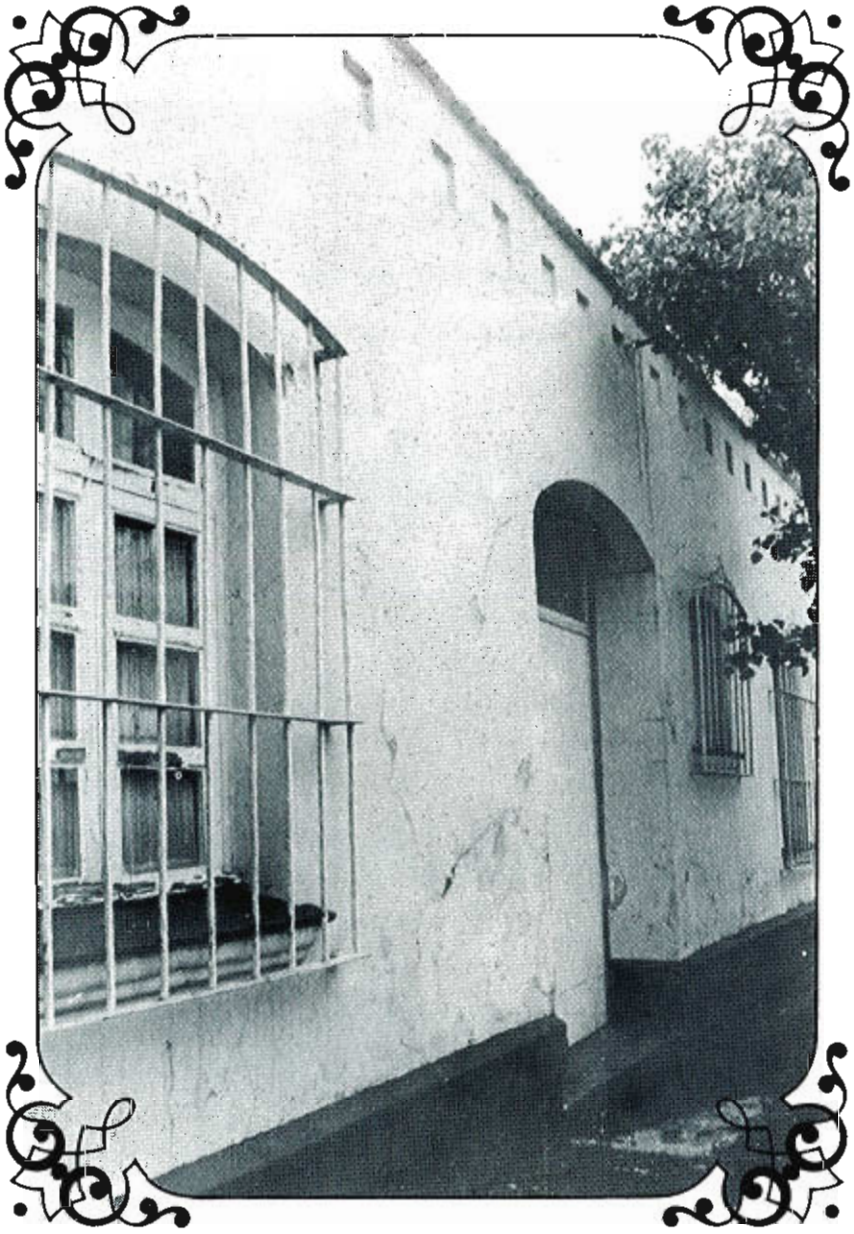
revista del consumidor
No. 92
35 pesos
CON EL SUPLEMENTO INFANTIL el brinco
informa, capacita y orienta
UNA PUBLICACION DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR / OCTUBRE 1984

Cultivo doméstico de hortalizas

HISTORIETAS: algo más que diversión

Calidad del agua potable en el D.F.

El brinco: la leche al niño le toca



Lo tradicional

La casa mexicana con el colorido de las frutas,
de las flores, de la fantasía. La de frescos y altos
corredores tapizados de macetas y trinos de pájaros en prisión.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

CONSEJO EDITORIAL
Director General del INCO: Lic. Daniel Castaño Asmitia. Director de Producción Audiovisual y Editorial: Jorge Luis Ramírez Cano. Director de Administración y Finanzas: Lic. Jorge Domínguez Pastrana.

REVISTA DEL CONSUMIDOR
Subdirección Ejecutiva: Irma B. Terán. Redactora: Lila Pastoriza. Reporteros: Marco Arroyo, Rosa María González, Hernán Casares, Juan Arturo Salinas. Reponsables de El Brinco: Marie Puga, Pilar Pérez. Arte y Diseño: Edmundo J. Cervera S. Maqueteo: Susana Mendoza, Verónica Suárez, Francisco Alatriste, Rodolfo Coronel, Martha Fajer, Dolores Ramírez. Producción Fotográfica: Verónica Bravo. Fotografía: Rafael Piña, Carlos Macías, Javier Vallejo y Roberto Tinoco. Archivo: José Luis Coronel. Asistentes Departamento Editorial: Antonia García y Javier Espinosa. Fuentes Informativas: Departamento de Análisis sobre Comunicación: José Chan. Departamento de Ingeniería: Ing. Eduardo Martínez. Departamento de Bienes y Servicios: Lic. José Morales. Departamento de Economía: Lic. Soledad Salcedo. Departamento Consulta Directa: Lic. Mario Loyo. Departamento de Educación para el Consumo: Dr. Gustavo Rodríguez. Centro de Documentación e Información: Lic. Ricardo Ramírez. Distribución y Suscripciones: Lic. José Luis Furlong. Responsable de Impresos: Lic. Sergio Palacios. Ilustradores: Augusto Apón, Susana Mendoza, Verónica Suárez, José Palomo.
Suscripciones: diríjase a Revista del Consumidor, Insurgentes Sur 1228, 8o. Piso, Teléfono: 559-19-22, Código Postal 03210 o al Apartado Postal 20600
Precios en la República Mexicana:
Ejemplar suelto $35.00 M.N.
Suscripción anual $350.00 M.N.

Nadie ignora la lucha diaria del ama de cada por "estirar" el presupuesto, por eso es importante enfrentarnos hoy a esta situación con una nueva mentalidad. Frente a los "escollos", soluciones prácticas; hagamos un inventario de lo que gastamos el último mes y lo que realmente necesitaríamos haber gastado y con toda seguridad habrá muchos desembolsos que se podían haber evitado.

Y no es que queramos inculcar en el consumidor un sentimiento de culpa con relación al consumo. Nada más lejos de nuestra intención, que apunta fundamentalmente a combatir el consumo irracional.

A este respecto, día a día la población muestra un mayor conocimiento; si un producto sube desorbitadamente, como es el caso de la carne de res, es inmediatamente sustituído por otro; si un comerciante aumenta los precios, el consumidor ejerce su poder de compra y adquiere los productos en otro sitio.

Sabemos que nos queda un trecho largo por andar, pero estamos empeñados y lo haremos; en cuanto a soluciones que posibiliten "estirar" el presupuesto, nuestra nota de portada habla del huerto familiar, una forma práctica de abatir el costo de la vida y llevar salud a nuestra mesa.

La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores.
Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de la comercialización de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales.
No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos y estudios incluidos en esta revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.

Sumario

Enseñanza abierta 16

diseño de portada:
Augusto Apon
realización:
Verónica Suárez
y Martha Fajer.

El ABC de la nutrición 22

El Brinco páginas centrales

Carta al lector	1	¿Cuánto mercurio hay en el atún y la sardina?	25
Cultivo doméstico de hortalizas: de la maceta a su mesa	3	¿Qué hacer en casos de diarrea infantil?	28
El agua viene bien, pero... ¿cómo llega?	8	Conquistar mujeres no es para cobardes	30
La mujer y el trabajo	11	Historietas: algo más que diversión	33
De libros, bibliotecas y lectores	13	Canal 11-XEIPN	37

Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Legal de la Dirección General, Lic. Angel Oyarvide, Insurgentes Sur 1228-11o. piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Offset Larios, S.A., Salvador Alvarado No. 105, México, D.F., 11800. Tipografía: Multiservicios Publicitarios, Avenida Universidad No. 1499, México, D.F.. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial, Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP, OFICIO No. 1127 del 30 de abril de 1981.

Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor.

Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro No. 015-1176, Características 218621406.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

Cultivo doméstico de hortalizas: de la maceta a su mesa

"La autoproducción es posible", decíamos en nuestra edición de julio de 1982, cuando no faltaban las sonrisas comprensivas ante tan candorosa propuesta. Sin embargo, hubo consumidores y organismos que impulsaron algunos programas con resultados promisorios. En el terreno de las hortalizas, uno de los más fecundos, el INCO comenzó a desarrollar el "Sistema de Cultivo Doméstico", una opción de fácil manejo y aplicable a la generalidad de los hogares aunque carezcan de parcela de tierra disponible.

Por supuesto —afirmarlo resulta casi obvio— estos proyectos no resuelven la cuestión alimentaria mexicana. Pero sí ayudan al consumidor a enfrentar la crisis. Y, más aún, están al alcance de su mano.

Es sabido que la escasez de alimentos en relación al crecimiento de la población es uno de los problemas centrales que afecta al mundo en general y a nuestros países, en particular. En México —donde más del 20 por ciento de los habitantes padece subalimentación— se agrega la adopción por parte de algunos sectores, de una dieta deficiente, impregnada de grasas y frituras. **"El 66 por ciento de los mexicanos come de menos, el 21 por ciento de más y sólo un 13 por ciento se acerca a la dieta correcta"**, ha dicho el Dr. Alfonso Chávez, del Instituto Nacional de la Nutrición (INN). De ahí la importancia de enriquecer cada comida con el abundande consumo de vegetales, pródigos en fibra y en vitaminas y minerales.

No obstante, la persistencia de serias trabas tanto en el régimen de producción agrícola como en la distribución de alimentos dificulta la normal provisión de vegetales y encarece los los precios al consumidor. En ese sensentido, un seguimiento de precios realizado por el INCO prevé que para finales de este año varias hortalizas costarán alrededor de un 30 por ciento más que en 1983 y que algunas superarán holgadamente ese tope. Es interesante destacar que el logro doméstico por parte de los consumidores de diez productos (lechuga, jitomate, chile serrano, tomate verde, zanahoria, melón, sandía, cebolla, papa y chícharo) representaría un considerable ahorro, teniendo en cuenta que su producción familiar costaría la quinta parte del precio mínimo de mercado.

Cultivar en tierra, en agua, en arena, en carbón.....

Varios son los organismos que en los últimos años han fomentado las diversas formas del cultivo doméstico. **La Secretaría de Agricultura y Recursos Hidráulicos** tiene en marcha un programa de Huertos Familiares destinado a capacitar al productor en el cultivo de gran variedad de vegetales. El programa se aplica a pequeñas parcelas de tierra, e incluye instrucción sobre equipo mínimo, fases del cultivo, lucha contra plagas, calendarios agrícolas, etc. Los huertos pueden instalarse en terrenos, jardines, terrazas, balcones y hasta en cajas y recipientes en desuso.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) también desarrolla importantes planes en este aspecto. Sus cursos sobre "Hortalizas Familiares" —dedicados a niños y adultos según los casos— cuentan con la participación de numerosos consumidores que en el lapso de uno o dos meses están en condiciones de cultivar en casa mucho de lo que consumen.

Pero quizá los programas de mayor impacto en términos de autoproducción de vegetales hayan sido para muchos los basados en los principios de la **hidroponia.** En sentido estricto esta técnica —muy apreciada desde hace siglos en China y en el Medio Oriente— consiste en cultivar en agua (elemento en el que se diluyen los nutrientes necesarios) en lugar de usar tierra. Dada la complejidad del sistema (sobre todo por la necesidad de fórmulas nutrientes específicas para cada cultivo) y las altas inversiones que requiere, los planes de huertos domésticos que se implementan en nuestro país lo han adaptado a formas simplificadas de aplicación.

Este es el caso, por ejemplo, del **"Centro de terapia ocupacional y adiestramiento en técnicas de hidroponia"** perteneciente al **ISSSTE,** que inicialmente fue destinado a jubilados y pensionados y que hoy incluye entre sus asistentes a todo tipo de interesados. En cualquier espacio protegido y asoleado puede desarrollarse el "sistema Bentley"de cultivos si se cuenta con recipientes (bolsas, macetas, cubetas, etc.), algún material de sostén de la planta (arena, grava, tezontle u otros), sales minerales para nutrir (incluidas en una fórmula Bentley ya preparada) y agua potable.

"El Centro —que comenzó sus actividades el 1° de octubre de 1981— se inició como forma de capacitación y de terapia ocupacional para jubilados y pensionados pero hoy se ha ampliado a todos los derechohabientes", señala el Sr. Marco Antonio García Torres, su administrador. **"De ahí que hayamos elegido la hidroponia** —agrega— **que no requiere grandes**

DONDE RECURRIR

Para iniciarse en la autoproducción de vegetales o para ser asesorado en algunos de sus aspectos, usted puede recurrir a los siguientes organismos:

+ **Centro de terapia ocupacional y adiestramiento del ISSSTE** —Abierto para todos los derechohabientes. Av. Politécnico 1669 (detrás del Hospital 1° de Octubre) Col. Lindavista. Tel. 586 60 11, ext. 116.
+ **Cursos del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)** Los cursos de "Hortalizas familiares" son los días martes y jueves de 16 a 18 horas y se inician cada dos meses. Informes en cualquier Centro de Seguridad Social del IMSS.
+ **Comisión Nacional de Fruticultura (CONAFRUT)** —Orientación sobre cultivo de árboles frutales y lugares de adquisición a bajo precio. Tel. 570 24 99. Kilómetro 14 ½ de la carretera México-Toluca.
+ **Departamento de Cultivos y Frutales de la Subdirección Agrícola de la SARH** —Asesoramiento sobre Programa de Huertas Familiares — Insurgentes Sur 540-7° piso, Tel. 574 66 76
+ **Departamento de Ingeniería del INCO (Dirección Técnica** —Organización de grupos de consumidores para recibir cursos sobre "Cultivo doméstico de Hortalizas" — Asesoramiento en las técnicas y lugares de adquisición de los materiales necesarios. Tel 559 73 77, ext. 151. Insurgentes Sur 1228, 6° piso.

esfuerzos por parte de los ancianos y que, además de ayudar a la economía familiar, permite la buena oxigenación de sus vías respiratorias".

Según García Torres, el mínimo de lugar requerido es de un metro cuadrado, espacio apto para ubicar de 12 a 16 bolsas con diferentes cultivos, **"aunque el ideal es seis metros, que alcanza para alimentar a toda la familia".** Las ventajas del sistema son, en su opinión, contundentes: **"sólo se necesita una bolsa, material de sostén y regar con agua que contenga la fórmula. No es necesario rotar los cultivos y así podemos obtener durante todo el año las hortalizas que se elijan".**

En el invernadero del ISSSTE hay todo tipo de plantas pero destacan las hortalizas. Las macetas contienen grava, arena, musgo... jamás tierra. Y agua, eso sí, agua con nutrientes que se recicla, que se utiliza al máximo.

Llenar de plantas los espacios libres

En todos los hogares existen espacios libres que no se utilizan. Tan sólo en el Distrito Federal se calcula que hay alrededor de 40 mil hectáreas entre patios, azoteas, balcones, etc. Aprovecharlos para contribuir a aliviar el gasto familiar y para mejorar la dieta cotidiana, es uno de los objetivos que se plantean los técnicos del Instituto Nacional del Consumidor (INCO). En la azotea del edificio ubicado en avenida Insurgentes, un invernadero alberga semilleros, bolsas y macetas donde crecen espinacas, jitomates, coliflor, perejil, brócoli, quelite, yerbabuena y muchas otras hortalizas: **"Lo que desarrollamos es el 'Cultivo doméstico de hortalizas' aplicando la semihidroponia, es decir combinando distintos aspectos de varios sistemas de cultivo".** sostiene el ingeniero Martínez Pacheco, jefe del Departamento de Ingeniería, dependiente de la Dirección Técnica del INCO.

Para el ingeniero Martínez de lo que se trata es de difundir un sistema **"que logre producir alimentos en los hogares, tengan o no parcela de tierra. Esto no es hidroponia pura** —explica—, **técnica que requiere alta capacitación. Aplicamos una metodología de fácil implementación que permite mantener y controlar los cultivos dentro de los hogares. Sólo hace falta un espacio con incidencia del sol durante un lapso diario de seis a ocho horas".**

El sistema del INCO exige recipientes (bolsas, llantas en desuso, trastes, pelotas,etc), un medio de sostén para las plantas (tierra, tezontle, aserrín, carbón, etc), la fórmula nutriente y agua. Sus costos son reducidos y los réditos cuantiosos. Los investigadores que tienen a su cargo la experiencia y los cursos de capacitación —licenciada Laura Breña Huerta e ingeniero José Ildelfonso Torres Barajas— destacan las ventajas observadas:

- es de fácil realización y está al alcance de todos;
- utiliza material de desperdicio (botes, cajas,etc);
- permite cultivos durante todo el año y de cualquier planta;
- acelera el ciclo de crecimiento y prolonga el ciclo productivo de las hortalizas;
- produce hortalizas de mejor calidad y libres de contaminantes biológicos y químicos;
- ahorra agua y permite utilizar cualquier medio de sostén para las plantas.

¿Y los inconvenientes? Los técnicos señalan sólo uno: el gasto inicial que puede demandar la construcción de un invernadero. De todos modos, el invernadero (conveniente para proteger a los cultivos y lograr que se desarrollen durante todo el año) no requiere grandes instalaciones. Una simple estructura de madera de 50 cm de altura cubierta con un plástico desmontable en alguna de sus partes cumple esta función.

"Con nuestro sistema no se obtiene 'superplantas' —señala el ingeniero Martínez— **pero se logra una forma de producción simple y con un mínimo mantenimiento".** Los niños son los destinatarios preferidos y la intención de los técnicos es difundir los conocimientos en las escuelas y jardines infantiles. Recientemente se impartió un curso en la delegación del INCO de Toluca, Edo. de México, y se están constituyendo grupos de

Hablan los asistentes a los cursos del ISSSTE

JOSE CONCEPCION VALLE (Maestro jubilado de C. Valle, San Luis Potosí

"En una **Revista del Consumidor** leí sobre la importancia de la hidroponia y me interesó venir porque tengo una huerta de media hectárea y siempre me ha gustado la agricultura. Quise aprovechar estos conocimientos y aplicarlos en mi pueblo al regresar allí. La sorpresa que encontré es que yo creía que la tierra era el medio para desarrollar la agricultura y he descubierto que pueden utilizarse otros como la piedra porosa, la vermiculita, etc. a los que se agregan nutrientes. En estos tres días de curso he visto que el jitomate, las acelgas, el chile, la col se desarrollan así más rápidamente que en la tierra. Mi plan es producir para mí, vender si es posible y enseñar este sistema a los interesados de mi pueblo."

ASUNCION FLORES ARCINIEGA (San Andrés Timilpa, Edo. de México)

"El año pasado me inscribí porque me interesaba el cultivo de plantas de ornato. Ahora, luego de haber conocido este sistema he venido a tomar otro curso. Quiero irme a mi pueblo donde hay mucha gente pobre que no tiene ni qué comer y que posee bastante lugar para cultivar, y pienso enseñarles que sí es posible plantar y obtener alimentos. En mi pueblo hay poca agua y es necesario acarrearla desde lejos, la ventaja de la hidroponia es que la humedad se retiene mucho tiempo y el agua puede reciclarse, además de que las plagas son más fáciles de controlar. Por otra parte, se puede usar cualquier lugar y no requiere mucho esfuerzo físico. Así esta gente que es muy pobre pero trabaja podrá tener sus alimentos frescos y propios".

GUADALUPE HERNANDEZ, (Colonia Lindavista, Distrito Federal)

"Me inscribí en el curso porque me interesó mucho gracias a las ventajas que ofrece el sistema. En primer lugar el ahorro de dinero para la familia. Además, se cuenta con alimentos más sanos y sin necesidad de ir corriendo al mercado. Por otra parte, brinda la oxigenación adecuada contrarrestando los efectos del esmog en una ciudad tan contaminada como es el D.F.. Yo ya hice mi 'jardinera' en forma de 'L' en el patio de mi casa. Tiene ocho metro de un lado y seis de otro y en el medio pienso poner el invernadero utilizando cajas y bolsas de plástico. Pero también pienso usar la ventana de la cocina; allí sembraré perejil, cilantro y otras hierbas... Toda la familia se oxigenará mejor..."

Fotografía Tomada por Roberto Tinoco

consumidores interesados en recibir la instrucción correspondiente.

Autoabastecimiento a bajo precio

Los elementos necesarios para poner en práctica el "Cultivo doméstico de hortalizas" son de fácil obtención:

- semillas (comprarlas en casas especializadas para evitar adquirir semillas viejas);
- recipientes de cualquier tipo, perforados en el fondo;
- material de sostén: tierra, carbón, arena de río, tezontle, piedra pómez, aserrín, etc (se pueden mezclar);
- agua de la llave;
- plásticos (para tapar las plantas);
- fertilizante hidróponico (fórmula nutriente que se vende en la Corporación Hidropónica).

Los costos son reducidos. Por ejemplo, si se quiere cultivar jitomate, la bolsita de semillas (10 gramos) cuesta unos 40 pesos y alcanza para más de 200 plantas. La cantidad de tezontle necesaria para cinco macetas (30 litros) sale 270 pesos. Un kilo de fertilizante hidropónico se vende a 400 pesos. O sea que una inversión inicial de cerca de 610 pesos basta para autoabastecerse en jitomates.

Como puede observarse, la autoproducción de hortalizas presenta atractivos indiscutibles. No sólo se ahorra considerablemente sino que se garantiza contar con alimentos de alto valor nutricional y de buena calidad en cualquier momento. El control de los agentes perturbadores de los cultivos que implican los huertos familiares se manifiesta en altos rendimientos. Y, como si todo esto fuera poco, cultivar en casa es una magnífica terapia ocupacional para adultos y ancianos y un juego didáctico en el caso de los niños... ¿qué más puede pedirse?

L.P. (Inf. Rosa María González)

Fotografía Tomada por Roberto Tinoco

Semilla, nutrientes y calor

Cien días de espera y la naturaleza logra el milagro

Sistema de cultivo doméstico de hortalizas

COMO CULTIVAR JITOMATES

El ingeniero José Idelfonso Torres Barajas —a cargo de la experiencia que se desarrolla actualmente en el INCO— brinda a los consumidores un ejemplo concreto de cultivo mediante el sistema que se aplica. Para obtener jitomates hay que seguir los siguientes pasos:

1- **Comprar las semillas y preparar los semilleros** o germinadores (llenar varios vasitos de plástico o una caja —de fondo perforado— con tezontle o arena del río).

2- **Sembrar:** hacer pequeños hoyos de 1 cm de profundidad sobre el material y colocar dos semillas en cada uno. Se las tapa presionando muy suavemente y se las riega ligeramente. Se las cubre con un plástico o pasto para conservar la temperatura.

3- **Regar durante la germinación:** cada tres días aproximadamente se descubre el semillero y se riega con suavidad. A los ocho o nueve días aparecerán pequeñas plántulas (de otro modo demorarán 12 ó 15 días).

4- **Aplicar el nutriente:** cuando las plántulas tengan dos "hojas verdaderas" (no son las primeras en nacer sino las siguientes) se descubre el semillero. Hay que regarlas para humedecerlas cada tres días con una solución de 1.25 gramos (una cucharada cafetera) de nutriente en un litro de agua (la solución puede guardarse, pero destapada).

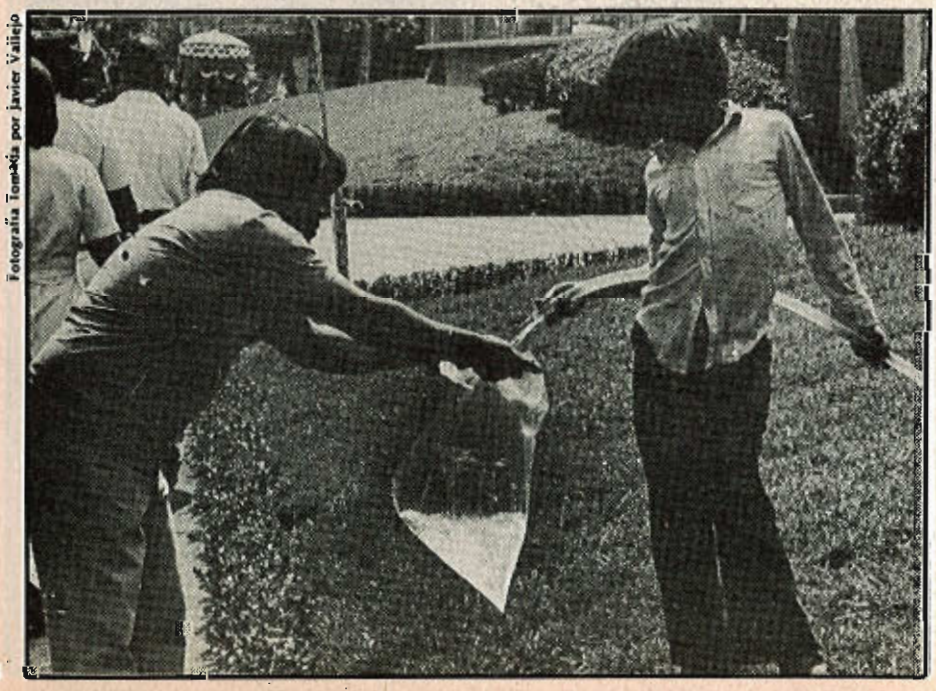
5- **Trasplantar:** esta operación se efectúa aproximadamente a los treinta días (o cuando las plantas alcancen 10 o 12 centímetros de altura). En primer lugar se prepara el recipiente. Se perfora el fondo de una bolsa de plástico negro y se colocan dentro de ella tres capas de material sostén (tezontle en este caso). La capa inferior (de cinco centímetros) constituida por partículas de piedra, ladrillo o tezontle de 2.5 cm de diámetro. la siguiente (de 10 centímetros) se forma con tezontle de 1.5 cm de diámetro. La capa superior ocupa el resto de la bolsa (dejando un pequeño espacio para el riego) y es de tezontle molido. Luego se trasplanta (cuidando que la raíz quede en posición vertical) dentro de la capa superior de tezontle. El tallo debe quedar al aire. Se presiona levemente y se riega cada maceta con una taza de agua con nutriente. La solución a utilizar en esta etapa es de 2.5 gramos (2 cucharadas cafeteras) de "Fertilizante Hidróponico" en un litro de agua. (Con altas temperaturas debe regarse dos veces por día, con frío una sola vez).

6- **Poda:** se realiza cuando la planta alcanza 30 cm. Luego hay que guiarla con lazos o alambres. Unos 75 días después de la germinación comienza la floración, periodo en el que es conveniente mantener la planta airada. El fruto se forma unos diez días después y tarda 15 o 20 en madurar.

7- **Cosechar:** cerca de los 100 días posteriores a la germinación hay que cortar los frutos con una navaja o tijera. La planta irá produciendo nuevos frutos. Simultáneamente se puede reproducir por "estacado" cortando ramas de la parte inferior de la planta que se colocan en material húmedo para que enraicen y luego se trasplantan.

El agua viene bien, pero...¿cómo llega?

En nuestro país —donde las enfermedades gastrointestinales continúan siendo uno de los principales flagelos— la cuestión del agua adquiere particular importancia. Si bien estudiar las condiciones del agua potable no agota el tema (más aún cuando a millones de compatriotas no llega por ahora la red de distribución a domicilio), resulta clave saber si es sana el agua que bebemos. El Departamento de Bioquímica del INCO efectuó recientemente un estudio piloto en el Distrito Federal cuyos resultados son alentadores. No obstante, los riesgos persisten. Por ello, nada mejor que ser estrictos en las medidas sanitarias.



Fotografía Tomada por Javier Vallejo

¿Qué es "agua potable"? Según la reglamentación vigente se trata de aquella "cuya ingestión no cause efectos nocivos a la salud y cumpla con los requisitos físicos, químicos y bacteriológicos". Este último aspecto es el más conocido: los gérmenes patógenos.

La presencia en el agua de bacterias coliformes (las cuales habitan normalmente en el tracto intestinal de los seres humanos), es un sensible indicador de la contaminación por heces fecales, lo cual representa un riesgo potencial para la salud.

Pero la contaminación bacteriológica no es la única amenaza. Los elementos químicos provenientes de desechos industriales y domésticos constituyen una amenaza creciente para los cursos acuíferos. El problema es grave ya que algunos componentes minerales que pueden

causar serias intoxicaciones al ser humano no son eliminados durante los procesos de depuración. En opinión de los médicos, se trata de un terreno aún poco conocido, pues si bien se han detectado los efectos perjudiciales de los contaminantes ingeridos en grandes cantidades, poco es lo que se sabe sobre el consumo bajo y sostenido.

En este aspecto, el plomo y el cadmio son temibles. Aún en muy pequeñas dosis, su ingestión regular provoca alteraciones físicas que pueden epilogar en trastornos gravísimos. Hay que tener en cuenta que las cañerías de plomo y los tanques de agua revestidos de este metal aumentan considerablemente la concentración de plomo en el agua. El uso de cañerías de cobre y la reducción de la proporción de plomo en las soldaduras es altamente aconsejable.

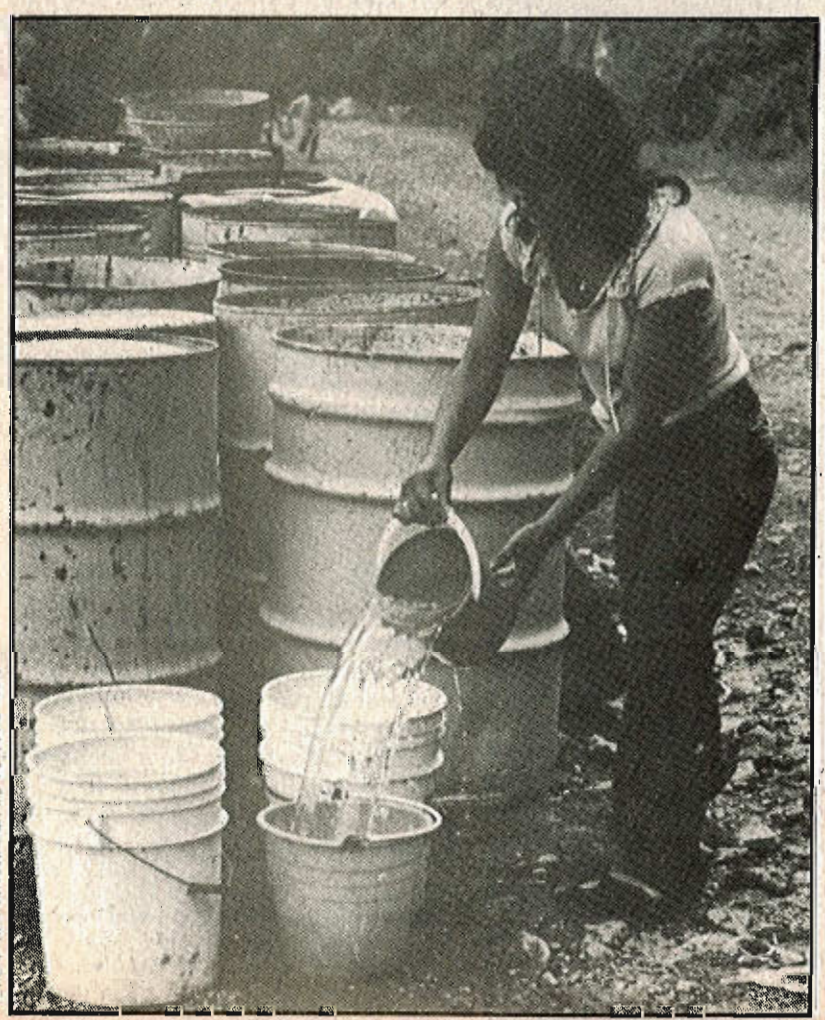
Agua que has de beber...

Como es sabido, las principales operaciones que se practican para garantizar la distribución de agua potable para uso doméstico son la sedimentación, la filtración y la desinfección por cloro. En la primera, el agua permanece durante cierto tiempo en grandes depósitos cayendo al fondo las partículas gruesas y acelerándose la eliminación de microorganismos y sustancias extrañas a través de la adición de ciertos elementos. Luego, en la filtración, el agua pasa por varias capas de arena que retienen el 99 por ciento de las bacterias. En la última fase, la adición de compuestos clorados garantiza la eliminación de los gérmenes patógenos, debiendo quedar un residuo de cloro que oscile entre 0,2 mg/l y 1.0 mg/l. Un porcentaje mayor puede ser perjudicial.

El estudio piloto efectuado por el INCO (+) consistió en el logro de varias determinaciones de los componentes del agua analizada. Se practicó el recuento de bacterias mesofílicas aerobias, el "número más probable" (NMP) de organismos coliformes y la cuenta de protozoarios para estimar la calidad bacteriológica. En cuanto a la faz química, se evaluaron los porcentajes de plomo, cadmio y cloro residual.

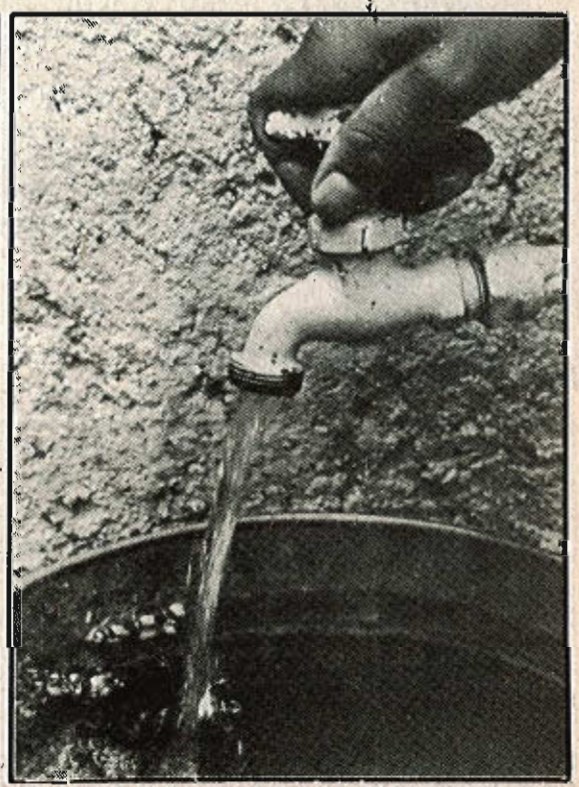
Es importante señalar que las muestras fueron extraídas de la **toma principal de suministro de agua** de las viviendas seleccionadas. De ahí que haya que considerar que los resultados pueden alterarse si el agua que se consume ha atravesado otros posibles focos contaminantes (cisternas, tinacos, etc).

Los resultados del estudio fueron bastante satisfactorios. Como puede



Fotografía Tomada por Javier Vallejo

Recipientes y manejo humano causan contaminación



Fotografía tomada por Roberto Tinoco

Para beber, primero dejarla correr

observarse en el cuadro adjunto, salvo en el caso del cloro residual, los valores encontrados estuvieron dentro o por debajo de los límites establecidos en la reglamentación correspondiente.

Con respecto al análisis **microbiológico**, el 100 por ciento de las muestras presentaron valores menores a los especificados reglamentariamente en relación a la presencia de bacterias mesofílicas aerobias. En cuanto al número de coliformes estuvo dentro de los límites normales en la totalidad de los casos. Además, en ninguna de las muestras fueron identificados protozoarios. (Esta prueba se efectuó para detectar la presencia de parásitos).

En lo referido al análisis **químico**, la totalidad de las muestras arrojó resultados por debajo de lo reglamentado sobre el contenido de plomo. En el caso del cadmio, todas las muestras cumplieron la especificación; hay que destacar que el 44 por ciento de ellas obtuvieron valores inferiores al nivel mínimo para poder detectar el mineral.

El punto problemático resultó ser el cloro residual. El valor promedio obtenido supera los límites fijados reglamentariamente (de 0.2 a 1.0 mg/litro). Profundizando la información, puede observarse que mientras el 50 por ciento de las muestras registraron valores normales, la mitad restante superó estos topes, en ciertos casos aumentando en 4,5 y 6 veces el valor establecido.

Lo que hay que hacer

Sobre la base de estos resultados, puede inferirse que **la calidad bacteriológica del agua potable en la ciudad de México es aceptable. Sin embargo, dada una amenaza de otras fuentes contaminantes es posible aconsejar que:**

El agua que provenga directamente de la "toma principal" puede ser consumida sin riesgo alguno luego de tomar ciertas precauciones. Conviene recibir en un recipiente la primera porción de agua del ducto dejándola fluir durante uno o dos minutos (se la guarda para aseo, riego, etc, pero no para beber). Sin cerrar la llave se recoge el agua que fluye luego de esta primera porción y se la mantiene en un recipiente limpio para consumirla durante el día.

El agua proveniente de algún sistema de almacenamiento (como cisterna, tinaco,etc), o sea, aquella que no venga directamente de la "toma principal" es poco confiable. Es necesario hervirla (ocho minutos es el lapso aconsejado por los médicos) o purificarla a través de un filtro potabilizador.

En cuanto a la composición **química**, el agua potable no presenta los riesgos inherentes a altos porcentajes de plomo o cadmio. Sí conviene alertar a las autoridades acerca de la proporción de cloro residual ya que, de prolongarse esta situación, podría resultar afectada la salud de los consumidores.

(+) El "Estudio Piloto sobre la calidad del agua potable" fue efectuado por el Departamento de Bioquímica, perteneciente a la Dirección Técnica del INCO. Se analizaron muestras tomadas en 43 viviendas de la ciudad de México. Enero 1984.

Fotografía Tomada por Roberto Tinoco

Resultados obtenidos en las muestras analizadas
* (Valor promedio)

	Análisis bacteriológico y parasitológico			Análisis químico		
	Mesofílicos aerobios	Organismos coliformes	Protozoarios	Plomo	Cadmio	Cloro
Valor promedio encontrado	14.3	Menos de 2	0	Menos de 0.01	Menos de 0.001	1.3
Especificaciones reglamentarias.	200 col/ml	20 col/l		0.1 mg/l	0.01 mg/l	De 0.2 a 1.0 mg/l

+ El valor promedio se obtuvo sumando los valores de cada muestra y dividiendo el total por el número de ellas.

La mujer y el trabajo

Las reinvidicaciones femeninas están actualmente sobre el tapete. Algo se ha logrado en los últimos años y se contabiliza como un éxito el mayor acceso de las mujeres al mercado de trabajo. Aun así, la discriminación subsiste. Pero... esto que casi siempre aparece como "natural" ¿existió del mismo modo en otros tiempos? En esta nota, la Dra. Graciela Sánchez Bedolla, de la Facultad de Psicología de la UNAM, proporciona una respuesta.

La mujer ha trabajado toda su vida, desde épocas muy remotas. Sin embargo **"se supone que las mujeres en el hogar no trabajan, mientras que el total de sus horas de trabajo doméstico iguala o sobrepasa el total de horas asalariadas o que dan derecho a un ingreso. Si la ciencia económica contemporánea oculta actualmente la producción doméstica de las mujeres, ¿qué dirá el historiador que, dentro de dos mil años, estudiará la producción de las mujeres de hoy? ¿Serán clasificadas como ociosas o como parásitos?"**(*)

Las mujeres —generalmente olvidadas por los cronistas y los historiadores— han colaborado a la par de los hombres en el desarrollo de la sociedad, de la cultura, de la ciencia y de las artes, pero quienes son reconocidos, premiados e inmortalizados son los hombres, porque la mayoría de las etapas históricas han sido patriarcales, androcentristas y sexistas. O sea, ha prevalecido la masculinidad.

En los tiempos primitivos

Las mujeres han trabajado junto al hombre en el campo, en la caza, en la pesca, desde las etapas más primitivas; también han participado en la guerra y en las rebeliones.

En la época paleolítica **"la división del trabajo entre los sexos (el varón cazando y la hembra recolectando y episódicamente cazando) está fundada sobre la cooperación; el sitio de residencia es ambilocal y la descendencia casi siempre bilineal"**(*)

Aparentemente no existía entonces opresión de un sexo hacia el otro; predominaba la igualdad, tanto a nivel trabajo, como trato, estatus y respeto. Al menos, así se infiere de los restos encontrados, de los dibujos rupestres y figurillas artísticas.

A medida que las culturas tuvieron que convertirse en más sedentarias, dejaron de participar en la caza y se dedicaron más a la cosecha y a la recolección de productos vegetales silvestres. **"Las mujeres notaron la germinación y el ciclo de la reproducción de los cereales"**.(*) Además inventaron medios para transformar el grano y confeccionar alimentos y crearon la alfarería; **"más tarde las mujeres inventaron el hilado y el tejido"**.(*) De ahí que en esta etapa tuvieran un lugar previlegiado en la sociedad y en la religión, tal como lo evidencian las representaciones míticas.

Es en la era neolítica cuando surge paulatinamente la construcción de las ciudades, como un producto del crecimiento demográfico y de la sedentarización. **"La acumulación de bienes por algunos desemboca en la formación de una sociedad estática, fundada sobre la esclavitud, las clases sociales y la degradación de la condicción de las mujeres"**.(*)

Por entonces, se marca en forma más definida la división sexual del trabajo, fenómeno que se da junto con otros mucho más graves, como es el rompimiento del equilibrio del hombre con su medio y con sus semejantes. Surgen las guerras y desa-

parece el supuesto dominio femenino.

Otra hipótesis afirma que la domesticación y crianza de animales también es obra de la mujer del neolítico, pero este hecho no es suficiente para encerrar e inferiorizar a la mujer. Estas tribus consideran que debe haber igualdad en los sexos, al grado que ambos miembros de la pareja trabajan en la casa y participan en la guerra.

Siglos de cambios

En el siglo VII a C, existen cortes femeninas llamadas harenes, que no tenían entonces el sentido poligámico árabe; tampoco se les consideraba como encierro de mujeres (gineceo) sino como un grupo de poder femenino. **"Así, en Egipto el harén era en realidad una corte de mujeres en que se administraban los asuntos nacionales e internacionales. . .Existía en las altas esferas de la aristocracia. Por otra parte la madre o la mujer del emperador o del califa tenía su propio primer ministro y su séquito que comprendía millares de personas".**(*)

En cambio, en la clase media el harén sí tiene el sentido de encierro; a esto se llegó a través de un proceso que abarca dos etapas: el surgimiento de la propiedad privada y el establecimiento de las ciudades; en éstas se desarrolla el comercio y es cuando la clase media impide que las mujeres trabajen en artesanías y en otros tipos de producción urbana.

Un factor muy importante para la aparición de las religiones patriarcales fue el descubrimiento del papel reproductor del macho tanto en la domesticación como en el proceso de fertilización de la tierra; de ahí surgió la idea de Dios todopoderoso, creador de la tierra y de los hombres. En este sentido, tanto la religión judía, como la cristiana y la musulmana contribuyeron a la represión de la mujer y a convertirla en ser humano de segunda clase. **"El desarrollo de una casta de sacerdotes cuya enseñanza se basó en la superioridad de los varones y el desprecio a las mujeres consagró esta represión, cuyo apogeo fue alcanzado en Occidente por la Inquisición".**(*)

En los siglos V a VII d C las mujeres tenían ciertos privilegios si eran viudas de reyes (heredaban el poder para gobernar) o viudas de feudales (heredaban las tierras y sus riquezas).

"Las mujeres abadesas, reinas y princesas promueven la religión católica. . .Por su parte los emperadores y los reyes se apoyan sobre la Iglesia, única organización sólida después de la caída del Imperio Romano, para edificar su poder y mantener su reino. . .Los censos de los trabajadores agrícolas de uno u otro sexo, levantados por los señores de la época revelan que las campesinas eran respetadas y apreciadas por su producción de alimentos".(*)

En fin, desde este ángulo, el cristianismo vino a defender muchos derechos de hombres y mujeres y proporcionó en cierta medida un mejoramiento a la mujer, al exigir que se le diera trato de ser humano aunque no la aceptara como ministro de la religión.

"Las mujeres tenían muchas cartas de triunfo al llegar el período de paz de los siglos X y XI. . .Las abadesas enviaban sus caballeros a la guerra. Las mujeres nobles presidían los tribunales con sus maridos y dirigían el castillo cuando su esposo estaba en guerra. . .Aparecen como jefas militares, juezas, castellanas, con entera disposición de su propiedad".(*)

Todo esto sucede y va bien pese a que ciertos religiosos se oponían al poder de las mujeres, no obstante que algunos obispos las apoyaban.

La descriminación se acentúa

Hasta antes del siglo XII d C las condiciones femeninas son notables. Asisten a la universidad, influyen en la política y en la administración de sus grupos. Sin embargo, a partir de este siglo el estado naciente compuesto por grandes grupos de burócratas **"se adueña del poder y de la cultura eliminando a las mujeres. Se suprimió la libertad testamentaria y la independencia económica de las mujeres, así como su guía, a la cabeza de los linajes locales. En suma, una aristocracia masculina media, arrojada de sus feudos por la monarquía centralizadora, podía reciclarse siempre al lado de los nuevos burgueses en las nuevas funciones gubernamentales, pero esta posibilidad le fue denegada a las mujeres".**(*)

La mujer hoy

Esta particular situación que la excluye y la sojuzga se prolonga hasta tiempos recientes. Ha sido en este siglo cuando la mujer ha ido avanzando y ganando terreno, recuperando su lugar, luchando por eliminar desigualdades y por obtener su estatus de ser productivo, inteligente, creativo y sensible.

En nuestro país, las cifras estadísticas algo dicen acerca de este avance, aún limitado. Mientras que en 1930 sólo el 4.6 por ciento de Población Económicamente Activa (PEA) correspondía al sexo femenino, esta proporción ascendió en 1980 al 25 por ciento. Sin embargo, el camino a recorrer es todavía prolongado. La mujeres trabajan fuera del hogar en labores que, de algún modo, son vistas como una prolongación de las tareas domésticas. Se les considera aptas para la educación, la enfermería, el trabajo social, las tareas secretariales; se desempeñan también como psicólogas y sociólogas, como abogadas (en lo familiar especialmente) pediatras y ginecólogas (por lo común) o arquitectas (en diseño y decoración).

Además, las remuneraciones son en muchos casos inferiores a las del hombre aunque el trabajo sea el mismo. Y para nadie es una novedad que el logro por la mujer de un puesto laboral requiere luchar denodadamente y hacer el doble de los méritos exigidos a su contraparte masculina; además, por supuesto, debe demostrar cotidianamente su capacidad para realizar la tarea encomendada. En su caso, las disculpas o la comprensión brillan por su ausencia.

Graciela Sánchez Bedolla

(*) Michel Andrée, "El feminismo", F.C.E., México, 1983

De libros, bibliotecas y lectores

El libro: producto final de una importante y moderna industria, la industria editorial. Esta rama de la producción, transformada por los avances tecnológicos, se aleja cada vez más del lápiz y el papel para aproximarse a las pantallas y terminales de complejas computadoras.

Las inversiones en la compra, mantenimiento y conservación de estos equipos son fabulosas, por lo tanto, y por simple lógica del mercado, los beneficios no pueden ser pequeños. La industria editorial necesita "realizar", vender su mercancía: el libro.

De hecho, sólo una parte de la población tiene acceso a su producto por razones de índole económica, y también por las otras, las culturales, que hacen que en nuestro México, septiembre 84, haya bastante menos lectores de lo que sería deseable.

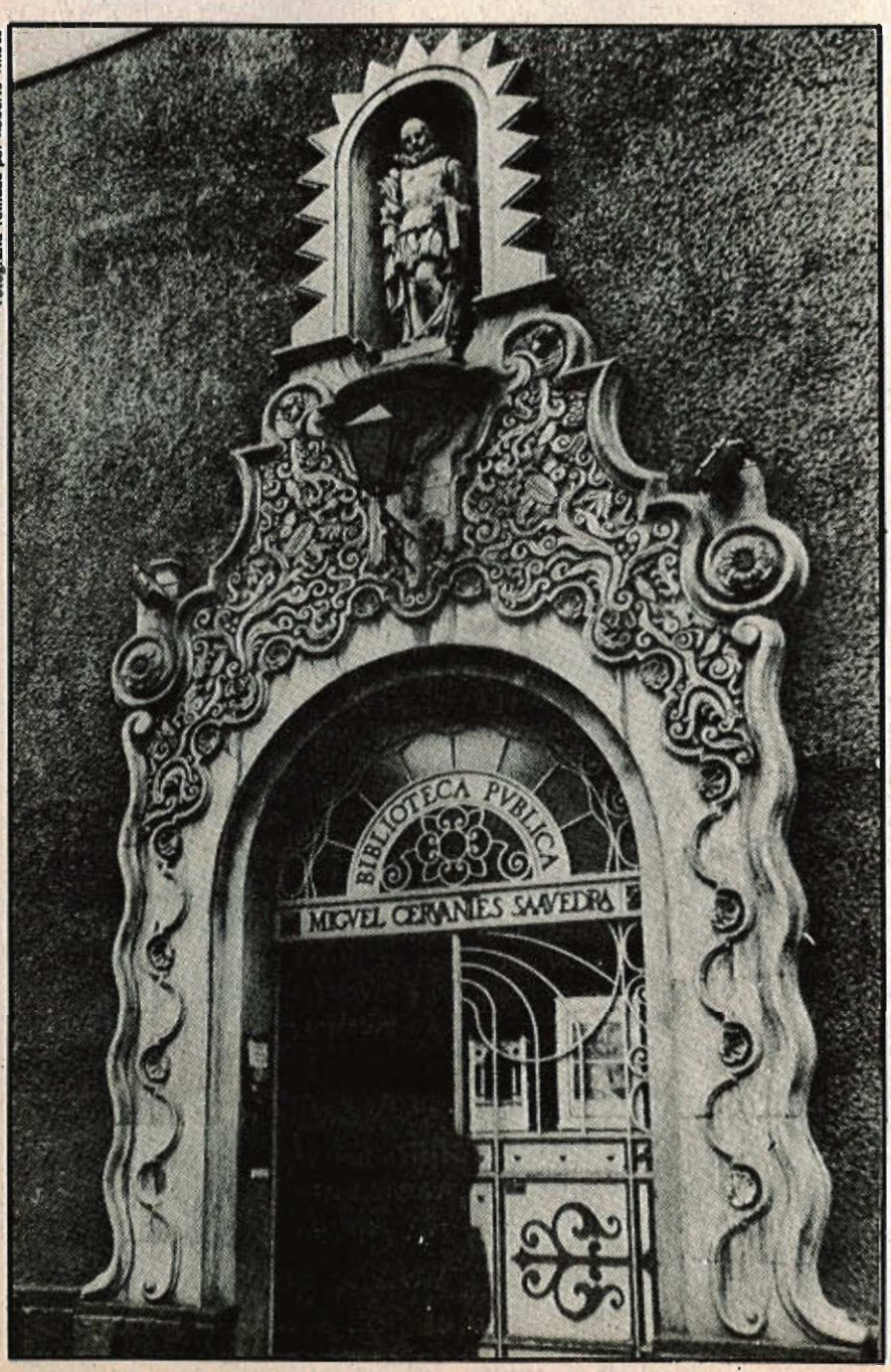
Frente a este panorama la industria editorial tiene dos grandes posibilidades: dirigirse a un público restringido ofreciéndole un producto más o menos especializado, o ampliar sus lectores potenciales y producir obras "masivas" que lleguen no a todos, pero al menos, a muchos más. En este rango entran los "best-sellers", las guías de cómo... (ser más delgada, convertirse en un hombre de éxito, hacer bien el amor) y una multitud de libros, generalmente de tapas brillantes, que dan

cuenta bastante aproximada de ésta, nuestra sociedad de muchas prisas y recetas rápidas.

Sin embargo, hay por lo menos un elemento común entre el libro "masivo" y el especializado: los dos resultan caros para su público, aun a pesar de las subvenciones que directa o indirectamente recibe la industria editorial. La crisis económica afecta claramente a esta actividad, y al mismo tiempo, como parte de un mismo fenómeno, lesiona el poder adquisitivo de los lectores.

La dificultad en la compra es un elemento que se suma al de por sí poco desarrollado hábito de la lectura, desalentando aún más la formación de lectores. Ni hablar del libro especializado, cuidado, bien diseñado, correctamente escrito. Este se aleja paulatinamente del gran público que, en todo caso, accede al best seller o a esa especie indefinida, punto intermedio entre el libro y la fotonovela, que representan las novelas de entrega mensual.

Pero en realidad, en México existe la posibilidad de acceder a toda clase de materiales impresos sin gastar un centavo. Las bibliotecas y hemerotecas, abiertas generalmente a toda clase de público, cuentan en muchos casos con acervos importantísimos.



Fotografía Tomada por Roberto Tinoco

Las grandes instituciones

Casi todos los centros de investigación están dotados de bibliotecas y hemerotecas especializadas en las ramas del conocimiento a que se abocan. Se trata en muchos casos de acervos importantes, no necesariamente por la cantidad de volúmenes, sino más bien por lo exhaustivo de las colecciones en relación con su área de interés. Cuentan con presupuestos importantes que les permiten mantener actualizado su material; reciben publicaciones del exterior y practican el intercambio bibliotecario con otras instituciones.

Por ello, a través de estas bibliotecas se tiene acceso a las más diversas publicaciones. En general, están abiertas al público, que puede consultar el material dentro de la sala de lectura. Sólo algunas restringen sus servicios a los miembros de la institución.

Si bien en estos lugares no se suele hacer préstamo domiciliario del material, frecuentemente tienen un servicio de fotocopiado que permite adquirir fotostáticas del mismo.

Cuentan con hemerotecas importantes y con personal especializado que puede orientar al usuario en la búsqueda de lo que necesita. Dado que estos centros tienen especial interés en captar todo el material relacionado con su especialidad, representan una buena alternativa para acceder a publicaciones muy caras, especialmente las importadas, cuyos precios llegan a ser prohibitivos.

En general, los usuarios de estas grandes instituciones, normalmente dependientes de los centros de in-

vestigación, son los profesionales que trabajan allí mismo. Es decir, que las posibilidades que brindan podrían ser aprovechadas por mucha más gente, que no lo hace ya sea por desconocimiento, falta de hábito de consultar el material en bibliotecas o simple desinterés.

Estos lugares se encuentran principalmente en el Distrito Federal y en algunas de las grandes ciudades del interior del país. En total no son muy numerosos pero abarcan una amplia gama de especialidades. Entre ellos podemos mencionar algunos como las bibliotecas de el Banco de México, el Instituto Nacional de Investigaciones Agrícolas, el Instituto de Investigaciones Eléctricas de Cuernavaca, El Colegio de México, la Biblioteca Nacional y otras. Es posible afirmar que cuando hace falta recabar determinada información, el lugar más apto para obtenerla será, seguramente, la biblioteca correspondiente al instituto o centro de investigación relacionado con nuestra incógnita.

Y muchas más

Las universidades cuentan también con bibliotecas, que en general constan de colecciones amplias, no especializadas. La UNAM, por su parte, tiene una biblioteca central y otras por escuela. Estas últimas son colecciones relacionadas con las carreras que se imparten en la facultad de la que dependen. A ellas sólo pueden entrar los alumnos inscritos, quienes tienen la posibilidad no sólo de consultar el material en la sala, sino también de obtenerlo en préstamo domiciliario por periodos bastante prolongados. También hay servicio de fotocopiado a precios relativamente baratos.

Por su parte, la Biblioteca Nacional, que también depende de la UNAM, merece un párrafo aparte. Funciona en el mismo edificio que la Hemeroteca Nacional y se trata de una colección completísima a la que tiene acceso cualquier persona. Las salas están diseñadas para favorecer la consulta de libros y revistas en un ambiente cómodo y luminoso. El material está organizado en diversas salas, según los temas a los que se refiere. En algunas de ellas, como la general, los libros están dispuestos en sistema de estantería abierta, es decir a la mano del lector. En otras, los empleados proporcionan la obra que se quiere consultar. Se puede recurrir a los bibliotecarios para obtener asesoría, además de contar con un excelente fichero organizado por autor, título y tema. No hay préstamo del material pero en las mismas instalaciones se puede leer cómodamente cualquier obra.

También existe una serie de bibliotecas dependientes de la Secretaría de Educación Pública, entre las que se encuentran algunas bastante importantes en cuanto al acervo con que cuentan. Estas bibliotecas permiten el acceso de cualquier persona y se dedican a acopiar material de interés general.

La SEP ha organizado bibliotecas infantiles en las delegaciones. Son salas de consulta para niños, en las que se realiza préstamo domiciliario. El único requisito es llenar una tarjeta, adjuntar dos fotografías y acompañar todo con los datos y la firma de un adulto que se haga responsable. Los libros se prestan por espacio de una semana.

En estas bibliotecas también se realizan otras actividades como talleres y cursos de computación, artes plásticas y otros. Todas estas prestaciones son totalmente gratuitas.

Pocos lectores

Se puede decir que, aunque haya muchas bibliotecas, éstas son aún escasas en relación con la población. Se puede decir que en el interior del país hacen falta más salas. Se puede decir que, en muchos casos los acervos son pobres. También se puede decir que hay un salto considerable entre las grandes bibliotecas super equipadas y las pequeñas que carecen del presupuesto elemental.

Pero aunque todo esto sea cierto hay otro aspecto que interesa señalar: no existe el hábito de usar la biblioteca, con el consiguiente desaprovechamiento de este recurso.

El público en general no acostumbra asistir a la biblioteca y, en realidad, no acostumbra leer. Por eso sería importante considerar qué prácticas se pueden desarrollar tendientes a la formación de lectores capaces del aprovechamiento de todas estas posibilidades.

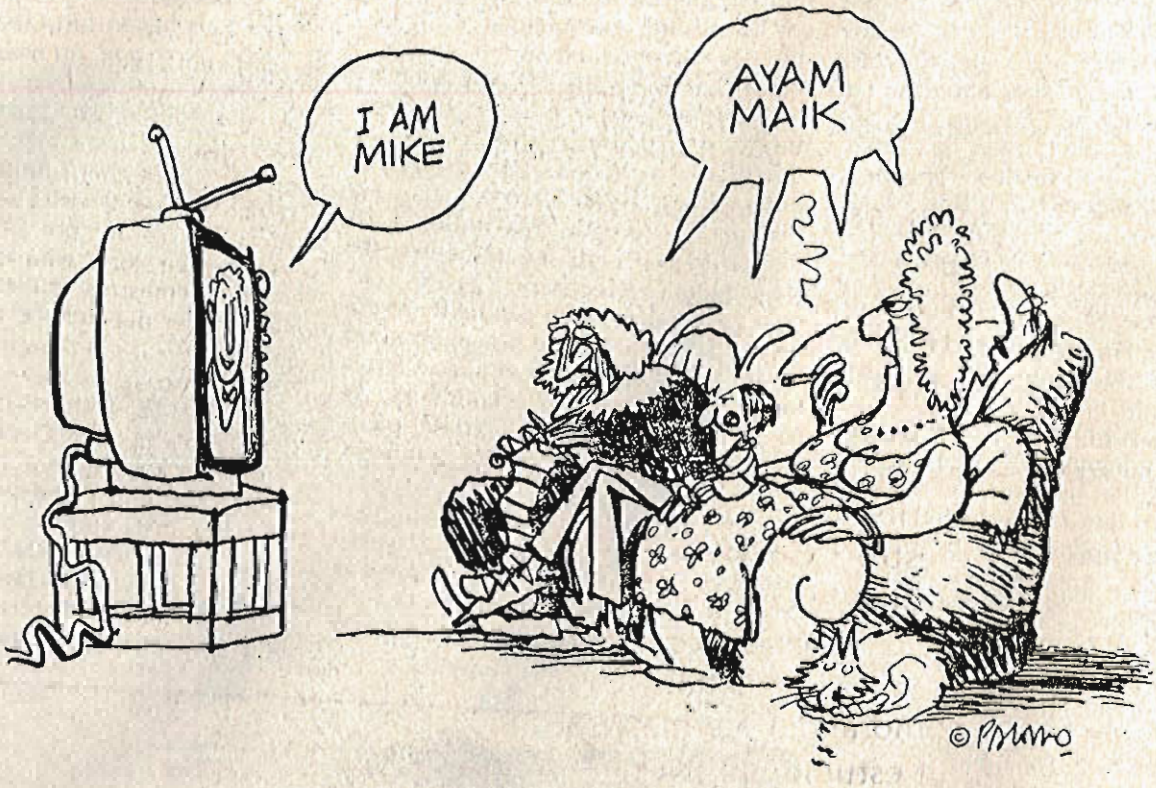
Las bibliotecas tienen problemas, la industria editorial también, pero ¿qué pasa con los lectores?

Pilar Calveiro Garrido

Fotografía Tomada por Carlos Macías

Bibliotecas, al alcance de todos y pocos las utilizan

Enseñanza abierta



Estudiar fue, durante mucho tiempo, un privilegio y en alguna medida lo sigue siendo. La insaturación de la enseñanza primaria, gratuita y obligatoria fue un paso importante para la masificación de la educación y, sin embargo, aún hoy nuestro país acusa índices de analfabetismo verdaderamente alarmantes. Las cifras oficiales registran que un 15% de la población mayor de 15 años no sabe leer ni escribir. Los números absolutos expresan lo mismo pero de una manera que resulta aún más impactante: 5.7 millones de mexicanos mayores de 15 años son analfabetas. La situación se agrava a medida que se avanza en el nivel de escolaridad. El 52.4% de la población no terminó el ciclo primario y sólo un 23.8% alcanzó algún grado de instrucción postprimaria.

Es que son muchos los factores sociales que influyen en esta situación, impidiendo que esa educación, aunque gratuita y en algunos niveles obligatoria, llegue a todos.

Las dificultades económicas, que imponen la incorporación temprana del niño al trabajo; la limitación de tiempo en los adultos que no les permite disponer de las horas diarias requeridas en los sistemas tradicionales de escolarización; las dificultades para el desplazamiento y aun la falta de motivación para el estudio, que no deja de obedecer a cuestiones de orden social, atentan contra un adecuado aprovechamiento de las posibilidades educativas por parte de la población.

Estos espacios, tan difíciles de llenar hasta el momento, son los que se intenta cubrir con los llamados sistemas de "enseñanza abierta".

¿Qué es la enseñanza abierta?

La enseñanza abierta es un sistema por el que se puede acreditar cualquier nivel de estudios (primaria, secundaria, preparatoria, carreras profesionales) sin necesidad de asistir regularmente a una escuela o centro educativo. Se basa fundamentalmente en el autodidactismo pero con la posibilidad de contar con asesores y con textos diseñados especialmente para este tipo de aprendizaje.

Los niveles de primaria y secundaria dependen del Instituto Nacional para la Educación de los

Adultos, de la Secretaría de Educación Pública; la preparatoria, de la Dirección General de Evaluación, también dependiente de la SEP y las licenciaturas se realizan mediante el SUA (Sistema de Universidad Abierta) dependiente de la Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM.

Primero, la primaria

Las estadísticas demuestran que un porcentaje significativo de la población no ha concluido su escuela primaria. El sistema abierto permite hacerlo con facilidades que son verdaderamente extraordinarias.

Cualquier persona mayor de 15 años puede inscribirse en las oficinas del Instituto Nacional para la Educación de los Adultos que funcionan en las delegaciones políticas del Departamento del Distrito Federal. La ubicación de las delegaciones cubre todo el Distrito y en el cuadro 1 aparecen las direcciones correspondientes.

A cada alumno se le entregan en forma gratuita 12 libros que desarrollan los temas correspondientes a la primaria para adultos. El programa está dividido en cuatro áreas: Español, Matemáticas, Ciencias Naturales y Ciencias Sociales. Cada área, a su vez, consta de tres niveles. Es decir que existe un libro por nivel, en cada una de las materias. Los textos están especialmente elaborados para autodidactas, con el método y las ejercitaciones adecuadas.

Lo interesante es que el alumno determina tanto el ritmo de avance como el lugar de estudio, de acuerdo con sus intereses, posibilidades y gustos. Las dificultades con que se encuentre pueden ser resueltas con la ayuda de los asesores, especialmente dedicados a la orientación y apoyo de los estudiantes.

Por su parte, quienes prefieren trabajar en grupos pueden incorporarse a los círculos de estudio que funcionan en la misma oficina de la delegación, obtendrán la dirección del más cercano.

Una vez que la persona conoce suficientemente un tema, solicita la presentación del examen. La primaria se puede acreditar con 12 exámenes parciales (uno por libro), o bien cuatro exámenes globales por área (uno de los tres niveles de Español, otro de los tres niveles de Matemáticas, y así sucesivamente) o bien un solo examen que incluye lo aprendido en los 12 libros.

Lo único que se paga en este sistema son los exámenes, y su costo es prácticamente simbólico. Los parciales cuestan 10 pesos, los globales por área 25 pesos y el global de primaria 100 pesos.

Evidentemente, la enseñanza abierta ha sido pensada para eliminar la mayor parte de las trabas que pudieran existir para que un adulto termine su escuela primaria. Las facilidades son muchas, la difusión aún escasa, pero seguramente este problema se superará.

La gran pregunta pendiente es cómo lograr una incentivación para que aquellas personas analfabetas, o con escolaridad incompleta, se atrevan a intentarlo. El primer paso, el más importante es ese: tratar de, animarse, decidirse.

El sistema es excelente. Su aprovechamiento dependerá pues, entre otras cosas, de la motivación que existe o que se logre crear en los niveles de la población a los que está dirigido.

¿Por qué no seguir?

Una vez concluida la primaria se obtiene un certificado de la Secretaría de Educación Pública que da acceso a cualquier centro de enseñanza secundaria. Pero también este nivel se puede cubrir con el sistema abierto y de manera casi idéntica. Los únicos requisitos son la presentación del acta de nacimiento, el certificado de primaria, cuatro fotos y los pagos correspondientes a cada examen que se quiera presentar.

Es importante recordar que éstos se preparan según el ritmo de cada persona, lo que permite la aceleración del proceso en quienes se lo propongan. De esta manera, la secundaria, que tradicionalmente se realiza en tres años, puede llevar mucho menos tiempo.

La preparatoria está organizada en seis semestres, cuya extensión real también depende del alumno. Se puede realizar en el área que se escoja, dentro de las tres que existen: Humanidades, Ciencias Administrativas y Sociales y Ciencias Físico Matemáticas. Cada una de éstas tiene un plan de estudios conformado por 33 materias.

Es necesario comprar los libros de la preparatoria, que también están especialmente realizados para el sistema abierto de enseñanza. Se reco-

Se cuentan con asesores y textos diseñados especialmente para el aprendizaje abierto.

mienda la formación de círculos de estudio para desarrollar el programa.

Una característica importante de este nivel es que aquellas personas que hayan cursado y aprobado parte de su preparatoria, sin terminarla, pueden hacer los trámites de revalidación y equivalencias.

El sistema funciona tanto en el Distrito Federal como en la provincia.

En esta última los interesados deben dirigirse a la oficina de preparatoria abierta de la Unidad de Servicios Educativos a Descentralizar, de la entidad correspondiente.

Una vez concluída la preparatoria, los certificados que se expiden tienen validez oficial, por lo que permiten el ingreso a cualquier escuela o universidad.

La Universidad también es abierta

También es posible cursar de manera "abierta" las carreras universitarias. En las distintas escuelas de la UNAM se ha organizado el contenido de cada especialidad para los alumnos que no pueden asistir a las clases que imparte la institución.

Estos estudiantes cuentan con guías de trabajo, bibliografías adecuadas y asesores que les permiten desarrollar el programa de su carrera, asistiendo exclusivamente a la Universidad para consultar a su asesor o para rendir los exámenes parciales o finales de cada materia.

El mecanismo permite que quienes trabajan, tienen hijos pequeños, se encuentran en lugares alejados o simplemente lo prefieren, puedan iniciar o completar sus estudios profesionales.

La UNAM cuenta con una de las poblaciones universitarias más grandes del mundo, seguramente la implantación del SUA redundará en que la instrucción profesional llegue a un número mayor de personas.

Las facilidades para realizar estudios en los diferentes niveles seguramente redundarán en la elevación de las tasas de escolaridad de nuestra población. Es de esperar que las cuestiones de índole económica, social y cultural no interfieran con éste objetivo sino que apoyen y complementen las metas educativas.

Pilar Calveiro Garrido

Cuadro 1

Lugares de inscripción e información sobre primaria y secudaria abiertas

OFICINAS CENTRALES
Popocatépetl No. 14
Col. Hipódromo

Córdoba No. 23
Col. Roma

ALVARO OBREGON
Av. Revolución No. 1747
Col. San Angel

AZCAPOTZALCO
Calz. Azcapotzalco
No. 186 Esq. con
Clavería

COYOACAN
Allende No. 36
Foro Cultural:
Col. El Carmen Coyoacán

MIGUEL HIDALGO
Estación Tacuba del metro 4o. Piso
Calz. México Tacuba Col. Popotla

MILPA ALTA
Av. Constitución esq. Av. México
Villa Milpa Alta

TLAHUAC
Cuauhtémoc e Hidalgo
(a un costado del hospital
de urgencias) Col. Barrio Sn. Miguel

CUAJIMALPA
Av. México y Av. Juárez
(nuevo edificio delegacional)
Pueblo Cuajimalpa

CUAUHTEMOC
Mina y Aldama 2o. Piso
Col. Guerrero

GUSTAVO A. MADERO
Plaza de Las Américas
Esq. 5 de Febrero y Vicente Villada
Col. Gustavo A. Madero

IZTACALCO
Coyoya y Viaducto Miguel Alemán
Centro Social 1o. Piso
Col. La Cruz

MAGDALENA CONTRERAS
Camino Real de Contreras
No. 32 1er. piso
Col. La Concepción

TLALPAN
Matamoros S/N entre Jojutla y
Tezoquipa Col. La Joya

VENUSTIANO CARRANZA
Francisco del Paso y
Troncoso No. 219
Esq. Fray Servando Teresa de Mier
Col. Jardín Balbuena

XOCHIMILCO
Guadencio De la Llave S/N
Esq. Guadalupe Ramírez
Col. San Pedro Xochimilco

En las delegaciones subrayadas también se pueden realizar las inscripciones para la preparatoria. Para obtener mayor información sobre este nivel de enseñanza, se puede acudir a
Dirección General de Evaluación
Oficina de Acreditación
Anil 563 B. Col. Granjas México Tel. 657-3622, ext. 265, 395 y 396

Profesionista, no modelo comercial

El Ing. Químico y Enólogo Julio Michaud se dirigió a esta revista para protestar en forma respetuosa pero muy enérgica por una alusión—que según él—se hizo a su persona en una caricatura publicada en la Revista del Consumidor No. 90 del pasado mes de agosto. Manifestó el ingeniero Michaud —a quien se caricaturizó con motivo de su aparición en un comercial televisivo sobre la uva— que su testimonio en dicho mensaje es técnico y eminentemente profesional. Finalmente solicitó por sentirlo de justicia se hiciera esta aclaración y se dejara constancia de su inconformidad.

Por tratarse de una persona de reconocida trayectoria profesional, como en realidad lo es el Ing. Julio Michaud, y siendo su formación académica efectivamente la de enólogo egresado de la Universidad de Burdeos, damos cabida a dicha inconformidad, aclarando que en ningún momento hubo por parte de nuestra revista, intención de ofender o ridiculizar a dicho profesionista.

La redacción.

Baja el consumo de carne en Chihuahua

El consumo de carne en Chihuahua bajó en los últimos años debido al aumento significativo en su precio y a la pérdida del poder adquisitivo del salario, por lo que la población comienza a cambiar sus hábitos de consumo.

Según una encuesta realizada por la delegación del INCO en ese estado, el 83 por ciento de los entrevistados admitió que consume carne cada semana y sólo un 17 por ciento cada tercer día.

Todos los encuestados coincidieron en que el presupuesto familiar es insuficiente para incluir la carne en la dieta diaria, siendo este hecho particularmente grave tratándose de un estado ganadero por excelencia y cuya población está acostumbrada a comer y disfrutar los productos cárnicos.

Según el reporte del INCO en Chihuahua, los consumidores entrevistados afirmaron que por el precio cada vez más alto de la carne creen que en el futuro será más difícil su adquisición. Por esta razón ya comienzan a sustituirlo con soya, alimentos proteinados, aves, leche, huevo, pescado, frijoles, lentejas, frutas y verduras.

En opinión de los consumidores la mejor manera de solucionar esta disminución en la preferencia por la carne, es sustituir su ingestión por la adquisición de otros alimentos, bajar la exportación, ejercer un mayor control oficial sobre sus precios y desterrar el intermediarismo de los procesos de comercialización.

¡SUSCRÍBASE HOY MISMO!

La revista del Consumidor le dice cómo gastar menos y comprar mejor

Le orienta y ayuda a evitar problemas y sorpresas desagradables

350 pesos al año le pueden ahorrar miles

Para suscribirse a la Revista del Consumidor por un año (12 números), envíe $ 350.00 (Trescientos cincuenta pesos 00/100 M.N.) por medio de cheque o giro postal a nombre de:

Instituto Nacional de Consumidor
Departamento de Distribución
Insurgentes Sur 1228-8° piso
México, D.F.
Código Postal 03210

Recorte este cupón

Nombre: _____

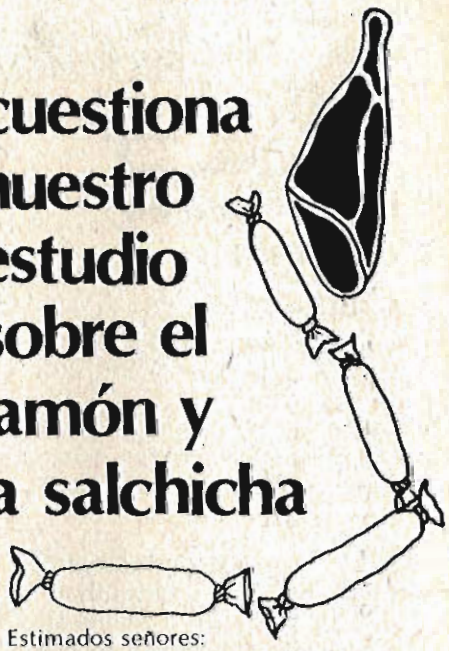
Dirección: _____ Tel: _____

Ciudad: _____ Código Postal: _____

Dóblese y Péguese aquí

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR
Insurgentes Sur No.1228
México 03210, D.F. Tel. 559 7377

cuestiona nuestro estudio sobre el jamón y la salchicha



Estimados señores:

En relación a su artículo "El jamón y la salchicha vistos a través del microscopio del INCO", publicado en el número de junio 1984 de su Revista, deseo exponer lo siguiente:

"Son ajenos a nuestra tradición alimentaria"

El jamón existe en México desde que se introdujo el cerdo en México, prácticamente desde la llegada de los españoles. ¿Esto no es tradición?

La salchicha tipo Viena tiene unos 30-35 años en México De cualquier modo, el que algo sea ajeno a nuestra tradición ¿lo hace necesariamente indeseable?

"No contienen los porcentajes de ingredientes que se especifican en la etiqueta"

El artículo no substancia esta declaración. ¿Por qué?

"Pueden causar enfermedades gastrointestinales"

¿Qué alimento no puede causar desarreglos gastrointestinales?

"Deterioran el poder de compra de la población"

¿Qué se quiere decir con esta declaración? ¿Que dinero gastado en 100 gramos de proteína animal en Jamón Cocido o Salchichas Tipo Viena podría ser mejor gastado en 100 gramos de proteína animal en Carne Fresca, o sea aproximadamente 455 gramos de Carne Fresca?

Si los productos o marcas no están dentro de las normas establecidas por "Proyecto de Normas de la SSA" o "Norma Oficial", ¿por qué no son castigados

los fabricantes por las autoridades que corresponde? ¿SSA-Secretaría de Salubridad y Asistencia tiene "Proyecto de Normas" pero no "Normas"? ¿Qué es la "Norma Oficial" y en qué difiere de las de SSA?

Aseguran que "El jamón proviene de la pierna trasera del cerdo, recortada en forma especial y deshuesada, . . . inyectada con salmuera. . . sometida a cocimiento. . . , requiere refrigeración". Seguramente se refieren a Jamón Cocido, no a Jamón, pues hay jamones con hueso que no son cocidos y que no requieren refrigeración.

Dicen que las Salchichas Tipo Viena son consideradas como "La mezcla de 60% de carne de ternera o de res (pudiendo llevar carne de cerdo con papada de cerdo o grasa maciza), sal y especias, todo lo cual se embute en. . ." ¿Debe entenderse que la mezcla para salchichas Tipo Viena se compone de 60% carne bovina, 40% sal y especias?

¿Qué es la Norma Oficial Mexicana y en qué difiere de la anterior?

Dicen que "no se pudo determinar a qué se debe la gran diferencia en los precios de los distintos tipos de jamón estudiados". Si consultaran en la Secretaría de Comercio, sabrían a qué se debe la diferencia de precios: básicamente a que el Jamón Cocido tiene precio regulado por esa Secretaría y que el Jamón Cocido y Ahumado y otros jamones que tienen algo más que cocimiento, están libres de regulación de precios.

"Respecto a las salchichas. . . con frecuencia contienen proteínas de origen vegetal". Si las normas (2) que ustedes mencionan permiten la inclusión de proteína vegetal, no hay nada de malo, a menos que la lista de ingredientes no lo mencione o lo mencione en letras tan pequeñas que desde el punto de vista práctico son ilegibles. ¿Hay que suponer que su crítica no va dirigida al productor sino a los reglamentos y normas?

"En relación con la cantidad de proteínas que se adquieren, el precio del kilogramo de salchicha o de jamón resulta caro".

"Cantidad de gramos y costo para adquirir 100 gramos de proteína":

en jamón: "$311.83 a 600.86"
(Jamón Cocido $311.83 a 326.65)

en salchichas: "$311.85 a 368.81"
(Jamón Cocido y. . . $416.61 a 600.86)

¿Resulta caro en relación a qué? Por qué no comparan los precios por 100 gramos de proteína en Jamón, Jamón Cocido y Salchichas Tipo Viena, a los precios por 100 gramos de proteína en "los productos naturales que (el consumidor) está acostumbrado a evaluar".

Si como dicen, la Salchicha Tipo Viena tuvo y tiene gran aceptación y su producción es para satisfacer la demanda, los productores están cumpliendo una función útil, ¿no es así?

Apreciaría que me informen, capaciten y orienten sobre lo expuesto.

J. Roldán
Echegaray, México.

RESPUESTA

Con relación a la carta del Sr. Roldán nos permitimos hacer las siguientes aclaraciones:

a) Aunque el jamón se conoce en México a partir de su introducción por los españoles, los productos actuales distan mucho de los originales pues el jamón traído por los españoles seguramente tendría concentraciones relativamente elevadas de sales que limitaban su consumo. El producto más parecido actualmente vendría a ser el Jamón Serrano.

En el caso de las Salchichas, la composición original se ha venido modificando constantemente, llegando en la actualidad, a introducirse proteínas no cárnicas, probablemente de origen vegetal, como la soya. Esta alteración en la composición de la carne constituye un fraude al consumidor.

Respecto al jamón, hoy día se utilizan aditivos como los caseinatos (proteínas de la leche), los cuales permiten una mayor incorporación de agua en el jamón, lo cual, indudablemente, configura un nuevo fraude al consumidor. Por esta razón, a estos aditivos se les denomina como "indeseables".

b) En cuanto a los porcentajes de ingredientes que se especifican en la etiqueta de las Salchichas, los resultados de nuestros análisis de laboratorio fueron comparados con los porcentajes declarados de los diferentes ingredientes cárnicos, planteándonos la hipótesis de que en la elaboración de las salchichas se utilizan otro tipo de proteínas diferentes a las propias de la carne. De aquí llegamos a la conclusión estadística de que no existía diferencia significativa entre comprar jamón y salchichas, aunque aceptamos que este planteamiento no quedara claramente expresado.

c) El procesamiento de productos cárnicos implica el tratamiento térmico adecuado para eliminar los microorganismos patógenos causantes de enfermedades gastrointestinales; dicho tratamiento mantiene las cuentas bacterianas dentro de los límites especificados por las normas oficiales vigentes. Como los productos analizados mostraron elevadas cuentas de microorganismos fueron catalogados "técnicamente como productos no aptos para el consumo humano, debido a que representan un riesgo potencial a la salud".

d) Se pretendía que el consumidor asimilara la idea de que no existe diferencia significativa en la adquisición de 28 gramos de proteína de salchicha o de jamón, a pesar de la diferencia en precio; más aun, esa misma cantidad de proteína se puede adquirir a menor precio comprando carne magra que posteriormente sea molida en presencia del consumidor.

e) La S.S.A. tiene emitidos reglamentos sanitarios mediante los cuales se establecen las características que deben reunir los productos registrados ante este dependencia y por otra parte, la Dirección General de Normas, tiene establecidas, a través de las Normas Oficiales, las definiciones y especificaciones respecto a un producto determinado.

f) La denominación de jamón que se presenta en la revista fue tomada de la Norma Oficial vigente, y la de salchicha del Proyecto de Normas de la S.S.A. Dichos documentos están a disposición del consumidor para su consulta, en nuestro Departamento de Bioquímica.

g) Aunque los precios del jamón varían desde $500.00 hasta $900.00, no existe diferencia respecto al contenido de proteínas, por lo que el consumidor puede comprar el producto más barato sin que esto signifique que está comprando un jamón de menor calidad.

h) De todas las marcas de salchicha estudiadas, solo una declara el empleo de soya, pero sin señalar el porcentaje; esto genera un engaño comercial para el consumidor.

i) No se justifica, de ninguna manera, la diferencia tan grande que existe en los precios de estos productos, ya que el contenido de proteínas es muy similar; a ésto hay que añadir que, sanitariamente, las marcas estudiadas no cumplen con lo señalado en las Normas Oficiales.

j) A pesar de que los industriales están satisfaciendo una demanda, su principal interés se orienta hacia la máxima ganancia, pasando a un segundo plano las verdaderas necesidades nutricionales de los consumidores como quedó demostrado en nuestro estudio; el mismo incumplimiento de las Normas Oficiales evidencia la falta de respeto de los fabricantes hacia la población consumidora.

Departamento de Bioquímica.

El ABC de la buena nutrición

¿Por qué hay personas que comiendo solamente verduras, frutas, cereales y leguminosas, como es el caso de los vegetarianos o naturistas, pueden mantenerse bien alimentados y sanos? ¿Parece increíble, verdad? ¡Y otros sufriendo por el precio de la carne!

El secreto de los vegetarianos consiste en que ellos han aprendido que las proteínas necesarias para el correcto funcionamiento del organismo no se encuentran exclusivamente en los alimentos de origen animal, sino también en cereales como el maíz, trigo, arroz, avena, centeno y sorgo, y en mayor cantidad en leguminosas como el frijol, lenteja, garbanzo, haba, arvejón y soya, o en algunas semillas oleaginosas tales como el ajonjolí, almendras, avellanas, cacao, cacahuate, semillas de girasol y de calabaza, entre otras. Ellos han aprendido a detectar qué alimentos de origen vegetal son más nutritivos, y a hacer combinaciones entre unos y otros para que de esta manera los elementos de las proteínas —llamados aminoácidos— formen así otras de mayor calidad para el organismo humano.

Tal vez usted, después de leer el párrafo anterior diga, y con justa razón: **"yo siempre he comido en cantidades abundantes frijol y maíz, tan comunes en México, por ejemplo, y eso no ha bastado, para equilibrar mi dieta siempre he necesitado comer carne"**. Pues justamente el secreto de los vegetarianos consiste en el equilibrio en la ingestión de proteínas que se logra a base de la **combinación** de verduras, frutas, cereales, leguminosas, etc. Pero, de ninguna manera la intención de este artículo es convencerle para que se vuelva vegetariano, no. Simplemente, se trata de recordar las cualidades nutritivas que contienen alimentos fundamentales en la dieta del mexicano, tales como maíz, arroz, avena, frijol, lenteja, y algunos otros, y exaltarlos mediante su combinación. Además, cuando la carne y los alimentos de origen animal **"se**

van por las nubes", siempre resulta grato saber que no hay por qué depender de ellos casi exclusivamente —lo que por otra parte tampoco es bueno para la salud—, y que existen diversas alternativas para preparar ricos platillos con un alto valor proteico.

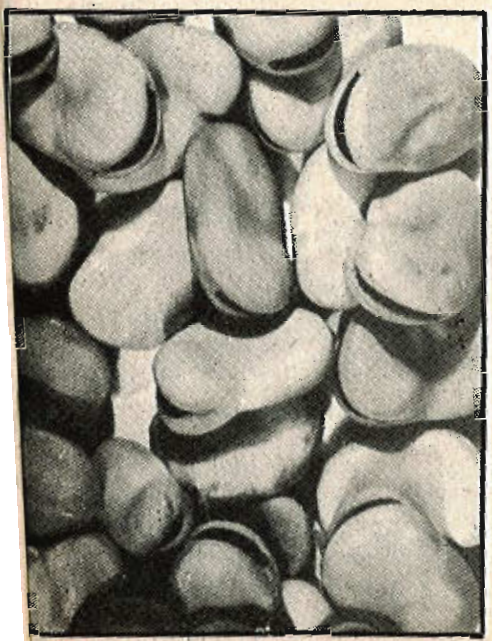
Para empezar, hay que decir que por su calidad, los productos de origen vegetal más abundantes en proteínas son, en primer lugar las leguminosas como los frijoles, alubias, soya, garbanzos y habas, así como las oleaginosas entre las que se encuentra el ajonjolí, los cacahuates, semillas de girasol, coco, etc. Las leguminosas y los cereales, conocidos generalmente como granos, tienen la cualidad de mejorar su valor nutritivo cuando se combinan entre sí, ya que al complementarse proporcionan al organismo proteínas de mejor calidad, incluso similares a las de origen animal. Un buen ejemplo de esta valiosa combinación son los sabrosos **"moros con cristianos"** es decir arroz con frijol. Sin embargo, tampoco se trata de eliminar totalmente el consumo de carne. En términos generales, se puede afirmar que la calidad de las proteínas de estos productos vegetales es menor a la de origen animal; no obstante, el caso de la soya es una excepción, ya que su calidad, es sólo ligeramente inferior a la de la carne.

El consumo de frijol y garbanzo, por ejemplo, se ha visto limitado en la alimentación infantil debido a la dificultad que existe para su digestión —provoca al niño molestos cólicos—, pero esto se soluciona si se procura cocer bien los granos, además de colarlos antes de dárselos al niño.

Por su parte, los cacahuates y todos sus "compañeros" de equipo nombrados ya dentro del grupo de las oleaginosas, brindan mucha energía al organismo; sin embargo, ésta no es suficiente y es necesario **combinarlos** con otros alimentos. Es importante abrir aquí un paréntesis para aclarar que no puede haber adecuada nutrición si no existe una combinación y variedad en los alimentos.

El Instituto Nacional de la Nutrición recomienda que en lugar de alimentos **"chatarra"** que carecen de valor nutritivo, como papitas y pastelillos industrializados,etc, ofrezca usted a sus niños como almuerzo para la escuela golosinas a base de cacahuate, semillas de girasol y calabaza preparadas en casa. Una buena idea sería que además de su tradicional torta, de vez en cuando llevaran uno de esos dulces y así se complementarían las proteínas necesarias.

En cuanto a los cereales, estos constituyen uno de los aportes nutritivos más destacados, ya que proporcionan al organismo sobre todo energía. Como se sabe, se pueden consumir enteros o bien molidos, en harinas. En lo que se refiere a estas últimas, se deben preferir las conocidas como integrales, que sí conservan todo su valor nutritivo ya que se obtienen de moler el grano completo, incluida la cascarilla. Las harinas muy refinadas, es decir en las que se elimina la cascarilla, no aportan cantidades útiles de nutrimentos. Este es un punto que usted debe considerar siempre en el momento de comprarlas. Hay que consumir de preferencia cereales y harinas integrales.



El haba, alimento tradicional rico en proteínas

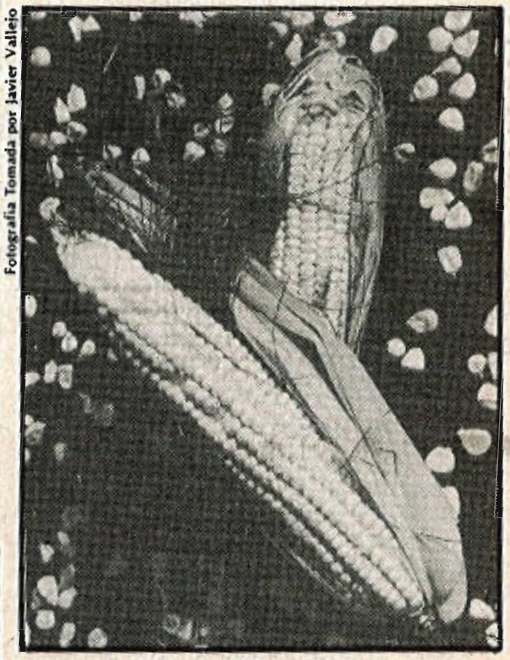
Fotografía Tomada por Carlos Macías

El almacenamiento casero de los cereales es importante, aunque generalmente se descuida, porque son aparentemente alimentos a los que "no les pasa nada" —no tienen que refrigerarse—; sin embargo, pueden ser atacados por insectos y roedores. Por ello, se deben almacenar en recipientes cerrados y en lugares frescos. Es conveniente que los recipientes y cajas sean metálicos o de plástico, y tengan las esquinas y bordes redondeados para evitar que aniden allí las plagas. Como se mencionó ya, de algunos cereales como el trigo se elaboran harinas, mismas que se convierten en ricas pastas secas para sopa y otros platillos. Estas también se conservan fácilmente hasta por casi un año si se mantienen en recipientes tapados en lugares frescos y secos. En lo que respecta a las pastas frescas como los ravioles y canelones se recomienda comprarlas para su consumo inmediato, o bien en caso contrario, refrigerarse para que así se puedan conservar en buen estado por un período de 15 a 20 días. Al prepararlas para su consumo, añada queso, crema, salsa de jitomate,etc., para que se obtenga una alimentación más completa.

No se puede pasar por alto en estos terrenos a la tortilla, la reina de la cocina mexicana, producto del grano de maíz. La tortilla puede considerarse como uno de los alimentos más importante en la cocina nacional y es posible conservarla durante varios días si se le deja secar al sol. Probablemente, usted ya conoce esta práctica tan generalizada, de no ser así, ya sabe entonces la manera de evitar que las tortillas **"se pongan verdes"** por el desarrollo de mohos y aprovechar las de días pasados para muchos platillos como los populares chilaquiles.

En numerosas ocasiones las autoridades han hablado de proyectos para el enriquecimiento de la tortilla, desafortunadamente estas iniciativas, que podrían ser el inicio de una adecuada nutrición para la población en general, se han quedado en eso, en proyectos.

Y ya que se tocó el tema de la conservación de alimentos, he aquí una buena recomendación si desea conservar chícharos y elotes. El procedimiento es el siguiente: primero compruebe que se encuentren tiernos, después desvaine los chícharos y desgrane los elotes. Enseguida cuézalos a vapor durante 10 minutos. Por último déjelos secar al sol protegidos del polvo, los ratones e insectos, y manténgalos así hasta que queden duros y arrugados.



Fotografía Tomada por Javier Vallejo

Ojalá que después de enterarse de las bondades,no sólo de los cereales , sino de los frijoles , garbanzos, habas, lentejas, cacahuates, semillas de girasol y calabaza, soya, ajonjolí,etc., ya no se atormente usted con el precio de la carne. Como ha visto, existen otras buenas opciones para comer nutritivo y sabroso. Consuma más proteína vegetal que animal, ya que es más económica y fácil de conservar.

Otras sugerencias

La papa, el camote, la yuca y el chinchayote, son otro grupo de alimentos que tienen la característica de ser muy rendidores. El principal nutrimento que contienen es el carbohidrato y por eso proporcionan mucha energía. He aquí un par de ricas recetas elaboradas con papa y yuca para que usted las pruebe.

PAPITAS SILVESTRES ENTOMATADAS

Ingredientes
Medio kilo de papitas de monte
Media taza de puré de jitomate
Una cucharada de consomé de pollo
Dos chiles verdes
Dos ajos
Dos cucharadas de cilantro picado
Una taza de crema (si se desea)
Manera de prepararse

Lave las papitas y póngalas a cocer en suficiente agua hasta que estén suaves (aproximadamente 15 minutos). Después, ponga en una sartén dos cucharadas de aceite y dore los ajos, añada el puré de jitomate, el consome y deje sazonar. Incorpore las papitas con cáscara y dos tazas del agua en la que fueron hervidas, déjelas hervir 10 minutos más. Sirva con crema o queso fresco desmoronado.

TORTITAS DE YUCA

Ingredientes
Medio kilo de yuca rallada
Una taza de azúcar
Una taza de aceite o manteca
Dos huevos
Canela molida al gusto
Manera de prepararse

Raye la yuca y después agréguele los huevos y el azucar, al gusto. Revuelva todo y haga las tortitas. Fríalas en aceite y espolvoreélas luego con azúcar y canela.

MOLDE DE CACAHUATE

Ingredientes:
Un kilo y medio de azúcar
Un kilo de cacahuates pelados
Una clara de huevo fresco

Manera de prepararse

Muela los cacahuates y ponga al fuego el azúcar con un poco de agua. Cuando la miel esté a punto de caramelo flojo, retírela de la lumbre y agregue el cacahuate y la clara batida a punto de turrón. Revuelva todo muy bien y vacíe el molde en una caja forrada con bolsas. Deje enfriar completamente.

¿Cuánto mercurio hay en el atún y la sardina?

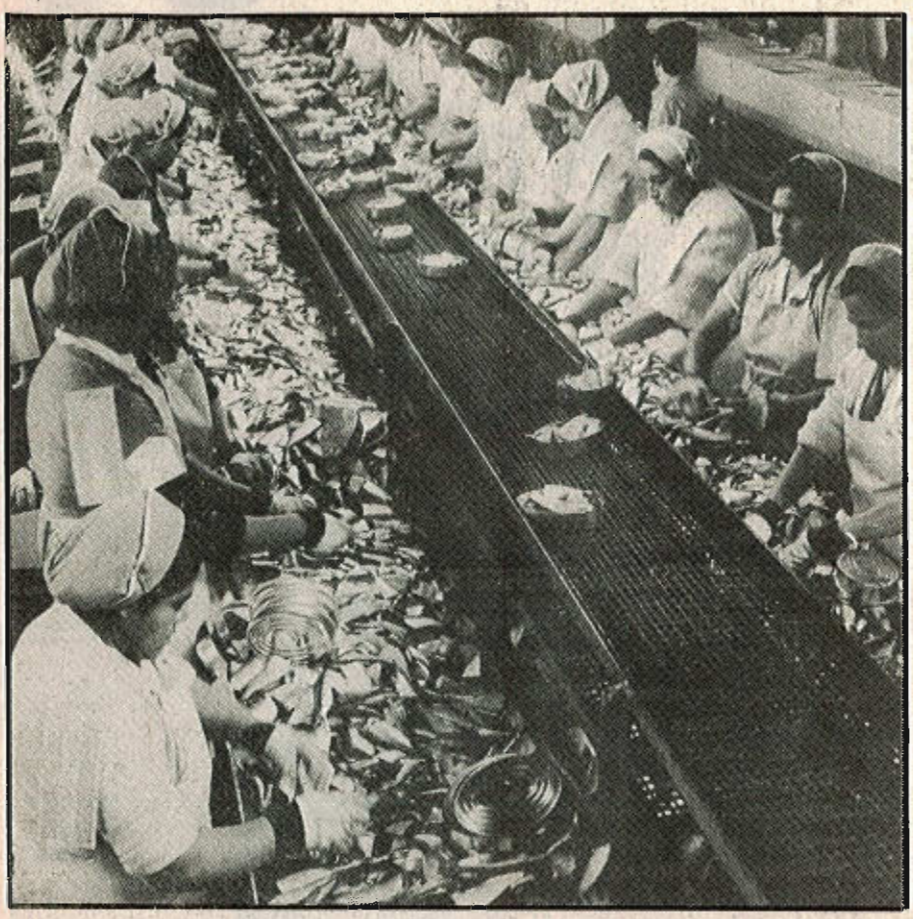
Desde que en los años cincuenta la trágica intoxicación de los pobladores de la bahía de Ninamata (Japón) alertara sobre el peligroso rol del mercurio almacenado en los peces, la presencia de este metal en los alimentos provenientes del mundo marino es un tema preocupante.

En nuestro país, el consumo de atún y sardina enlatados ha aumentado considerablemente en los últimos años.

Pero. . . ¿cómo andan de mercurio?

El estudio del INCO que trasmitimos en esta edición viene a despejar esa incógnita.

Pese a que se requiere una ampliación de la investigación, los resultados registrados hasta el momento son tranquilizadores.



En Minamata fue la contaminación de las ostras, por los desechos químicos que arrojaba al mar una planta de fertilizantes; en Niigata (Japón) los peces presentaban una altísima concentración de metil —mercurio procedente de fungicidas; en Alamogordo (Nuevo México, Estados Unidos) la carne de cerdo contaminada con mercurio, procedente del grano con que eran alimentados, el cual había sido tratado con plaguicidas. . . En todos los casos —excepto en Nuevo México donde la afectada fue una sola familia— los pobladores de la zona sufrieron las consecuencias a través de una enfermedad neurológica que provocó numerosas muertes.

El mercurio —al igual que otros metales— se encuentra disuelto en el agua de mar en bajísimas proporciones. Esta contaminación, de origen natural y difícilmente controlable, proviene básicamente de la desgasificación de la corteza terrestre (a través de los volcanes, por ejemplo). Sin embargo, hasta aquí no hay inconvenientes. Pero cuando otros factores elevan esos niveles mínimos, la acción del mer-

CUADRO I

Contenido de mercurio en el atún (en PPM) +

MARCA	MEDIA	VALOR MINIMO	VALOR MAXIMO	DESVIACION ESTANDAR
"Economía"	0,77	0,18	1,01	0,26
"Calmex"	0,87	0,46	1,09	0,21
"Dolores"	0,94	0,35	1,90	0,52
"Libre"	0,94	0,73	1,29	0,19
"Ybarra"	1,36	0,85	2,94	0,76
"Herdez"	2,50	0,74	4,52	1,45
Atún fresco(++)	0,26	0,90	0,47	0.16
Límite máximo de la FDA			0,50	
Límite máximo de FAO/OMS			7,00	

(+) —Los valores corresponden a siete muestras por cada una de las marcas y están registradas en PPM (partes por millón).

(++) —El atún fresco analizado fue proporcionado en Tijuana, B.C., en diciembre de 1983 por el Instituto Tecnológico Regional de Tijuana.

CUADRO II

Contenido de mercurio en sardina enlatada (en PPM) +

MARCA	MEDIA	VALOR MINIMO	VALOR MAXIMO	DESVIACION ESTANDAR
"Dolores"	0,47	0,40	0,56	0,06
"El Dorado"	0,53	0,14	1,25	0,41
"Miramar"	0,58	0,30	0,92	0,27
"Alianza"	0,70	0,34	1,30	0,40
"Portola"	0,88	0,47	1,53	0,42
"Excelsior"	1,28	0,50	4,74	1,53

(+) —Los valores corresponden a siete muestras por cada marcas y están registradas en PPM (partes por millón).

periódico del consumidor el complemento del buen consumo $ 1.00 de venta en tiendas CONASUPO

curio puede llegar a crear serios problemas de salud pública.

Estos factores perturbadores se originan en actividades humanas y, en consecuencia, podrían ser controlados. No siempre sucede así. Los procesos industriales, la combustión del petróleo y sus derivados, el uso inadecuado de determinados productos químicos,permiten que el mercurio se libere y sea introducido en la cadena alimentaria. El mercurio que va a parar a los mares, llega —a través de una serie de pasos progresivos— a acumularse en los seres vivientes del océano. Los grandes peces depredadores (como el atún y el pez espada) lo incorporan al alimentarse de otros más pequeños. Como recorren grandes distancias en busca de comida, la proporción de mercurio que contengan dependerá del nivel de contaminación que presenten las regiones que atraviesen.

Es así como el mercurio —disimulado en algún sabroso platillo— se reencuentra con el hombre. Ante el riesgo que supone la ingestión de alimentos que lo alberguen en niveles significativos, varios países han fijado límites a su presencia. Pero, por ahora, los criterios difieren entre sí. Mientras Suecia y la Organización Mundial de la Salud establecen el contenido máximo permisible en 7,0 PPM (partes por millón) para el caso del atún, el organismo especializado de los Estados Unidos, la **Food and Drug Administration** (FDA) determina que sólo 0,5 PPM constituyen el nivel máximo permitido.

Atún y sardina "made in México"

Pese a que nuestro país no cuenta aún con las normas correspondientes, el Departamento de Bioquímica del INCO decidió abordar la cuestión investigando el nivel de contaminación por mercurio en el atún y la sardina enlatados que se expenden en el mercado nacional. Teniendo en cuenta que ambos productos forman parte del paquete básico de consumo popular es indudable el interés que reviste este estudio para los consumidores así como su importancia como un paso necesario hacia la reglamentación oficial.

Se estudiaron doce marcas de atún y de sardina correspondiendo seis a cada producto y analizándose siete muestras por cada una de ellas.

En el caso del **atún** (y tal como se puede observar en el Cuadro I) aparece una diferencia notable entre el contenido de mercurio presente en el producto envasado respecto del producto fresco.

Este último contiene una proporción mucho más baja, explicable, probablemente, por el peso y tamaño del atún, así como por la zona de captura.

Si bien ninguna de las marcas analizadas se aproxima al límite máximo fijado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (aunque todas superan el de la FDA) se registran muchas variaciones entre ellas. Así, puede observarse que mientras el valor máximo alcanzado por una de las muestras de la marca "Herdez" fue de 4,52 PPM, el contenido más bajo (encontrado en la marca "Economía") fue de 0,18 PPM. Si se comparan los promedios, resulta claro que la marca "Herdez" presentó una apreciable diferencia con relación al resto, debido al mayor porcentaje de mercurio.

Con respecto a la **sardina** (ver Cuadro II) la totalidad de las muestras analizadas mostraron una gran variación. En contenido medio de las marcas, el valor mínimo se registró en la marca "Dolores" y el máximo en "Excelsior". Con todo, el conjunto del producto estudiado registra bajos niveles de contaminación.

Como aporte a una futura normalización y tomando como base el estudio del INCO se podrían sugerir los límites máximos permisibles de mercurio en ambos productos. El nivel superior en atún debería oscilar entre 2 y 3 PPM y el de sardina entre 1.5 y 2.5 PPM. Teniendo en cuenta las proporciones encontradas en la investigación se puede observar que la mayoría de las mercancías están por debajo de estos límites.

Las conclusiones (aunque provisorias, ya que se requería el estudio de un mayor número de muestras) son alentadoras. **El atún y la sardina que consumimos en México registran un contenido relativamente bajo de mercurio** si lo medimos en relación a las normas de FAO/OMS. De todos modos será importante contar con nuestras propias normas y, si uno es extremadamente cuidadoso, elegir las marcas que presentan niveles más reducidos de mercurio, sin embargo es muy posible que al ampliar el estudio los contenidos máximos y mínimos pueden variar entre las marcas.

¿Qué hacer en casos de diarrea infantil?

La deshidratación de un lactante puede producirle la muerte en dos o tres días, incluso en horas. La rehidratación por vía oral, comenzada lo más rápidamente posible, puede y debe salvarlo. ¡Para empezarla a tiempo, es preciso que las madres sepan identificarla!

Las enfermedades diarreicas agudas constituyen una de las causas más importantes de mortalidad en el niño menor de cinco años, especialmente del lactante y, en estos casos, la deshidratación es la causa del desenlace fatal. Pero ¿qué es la diarrea aguda? Quizá esta pregunta parezca de respuesta obvia, ya que todos hemos sufrido trastornos diarreicos a lo largo de nuestra vida. No obstante, al referirnos a niños pequeños se hace necesaria una explicación clara y detallada —sobre todo para las madres—, ya que en ellos la diarrea con la consiguiente deshidratación, cobra especial importancia.

La diarrea aguda es la eliminación de evacuaciones líquidas más frecuentes y más abundantes de lo normal. La gravedad de la diarrea radica en la pérdida que sufre el organismo de cantidades de agua y sal, a veces tan grandes que pueden producir la desecación de los tejidos del niño o lo que es lo mismo la deshidratación. Esta enfermedad afecta principalmente a los niños, generalmente antes de los dos o tres años y, a menudo, antes de un año de edad. Es decir, ataca a los más frágiles y menos resistentes a la infección intestinal, causa más importante de la diarrea. Sin embargo, ésta no es la única causa de diarrea aguda, también las llamadas "infecciones a distancia" (que en apariencia no tienen relación con este trastorno) como la otitis, el sarampión y otras, así como la intolerancia del pequeño hacia algunos alimentos, pueden ocasionarla. Entonces, la temporada cálida del año, tan temida debido a que por el calor aumenta el peligro de deshidrataciones, no tiene la exclusividad al respecto. Una infección puede presentarse en el niño, sin importar época del año.

Cualquiera que sea la causa, la diarrea en ocasiones se presenta con vómitos y fiebre, los cuales evidentemente aumentan aún más la pérdida de agua y sales que sufre el organismo. Pero los principales síntomas que hay que advertir lo más precozmente son, como ya se dijo, los de la deshidratación. ¿Cuáles son estos síntomas?

- Desecación de los tejidos debida a la pérdida de agua por las deposiciones.
- Disminución neta de peso. (Por lo que resulta conveniente siempre pesar al niño con frecuencia).
- Eliminación de la orina.
- Ojos hundidos y mirada inexpresiva; muy impresionante en un niño que antes era muy alegre.
- Llanto, sin lagrimas.
- Hundimiento de la fontanela —mollera— en el lactante pequeño.
- Piel menos elástica. Dicho de otra manera, si se "pellizca" suavemente al niño, sin hacerle daño, la piel mantiene el pliegue.

Todas las madres deben saber reconocer bien estos síntomas en los niños, antes que la deshidratación sea grave y haga correr serios riesgos al pequeño.

Por fortuna, la rehidratación por vía oral es fácil de realizar y para llevar a cabo existen dos alternativas. La primera y preferente, es acudir de inmediato con el niño al médico o a la clínica más cercana. Ahora, si están presentes los síntomas de deshidratación por diarrea, y no es posible acudir a una clínica cercana o en tanto se puede llevar al niño enfermo a ella, entonces la segunda alternativa consiste en hacer una solución glucosada hidratante en casa, para que la beba el pequeño.

La manera de preparar la solución glucosada hidratante es la siguiente:

*añadir dos cucharadas soperas de azúcar y una pizca de sal a un litro de agua fría hervida. Para niños de dos años de edad esta solución deberá administrarse en el transcurso de 24 horas. En lo que se refiere a niños mayores de dos años, se les da litro y medio de la misma solución en el mismo lapso.

Esta solución no se debe dar toda de una vez al niño. Tiene que estar fría y administrarse en cucharaditas o en una taza poco a poco, en pequeñas cantidades fraccionadas y repetidas. Es necesario mantener la rehidratación durante todo el tiempo que dure la diarrea, generalmente de cuatro a seis días.

Por otra parte, existe la creencia, como de hecho lo confirmó esta Revista del Consumidor con la señora Guadalupe Baeza, secretaria de 35 años y madre de dos niños, de que **"la diarrea se detiene cuando el niño tienen el vientre vacío"**. Nada más equivocado. Esta idea no sólo es errónea sino además peligrosa y responsable de muchos decesos. Fuera de los niños que presentan vómitos repetidos e incontenibles y que necesitan ser hospitalizados rápidamente, si un intento de rehidratación por vía oral ha fracasado, la alimentación es de absoluta necesidad para prevenir el desarrollo de una desnutrición grave, que empeoraría aún más la situación. Sin embargo, para evitar que el niño rechace los alimentos, es conveniente esperar algunas horas.

En los lactantes es necesario continuar este tipo de alimentación, sobre todo en el lactante al seno materno, ya que esta modalidad no es sólo nutritiva sino también antiinfecciosa. Para el niño mayor, la alimentación debe ser continuada e incluso enriquecida, pero siempre de fácil digestión.

Es importante señalar que la solución recomendada no es más que un paliativo o sea un remedio momentáneo, cuando la causa de la deshidratación es una infección. Esta debe ser tratada médicamente para erradicar por completo el mal, por lo tanto en cualquiera de los casos se hace necesario acudir al médico o a la clínica más cercana, a fin de determinar las causas de la deshidratación.

Como todas las cosas, la rehidratación por vía oral también tiene su "talón de Aquiles", o lo que es lo mismo, los casos en que su aplicación no reporta grandes beneficios. Nos referimos claro, a los casos graves que requieren hospitalización inmediata. Los principales se caracterizan por:

— Diarrea grave que evoluciona aceleradamente, por lo tanto produce una rápida deshidratación que únicamente puede ser tratada mediante la rehidratación por vía venosa.

— Vómitos repetidos que evidentemente, impiden la rehidratación oral.

— También, hay que mencionar que el desconocimiento de algunas madres y de una parte del personal de salud, provoca que, en ocasiones la rehidratación por vía oral comience en forma tardía y las cantidades que se utilizan resultan insuficientes para compensar la deshidratación.

De todos modos, la rehidratación por vía oral representa en la actualidad el tratamiento más importante para la deshidratación. En la práctica, la relevancia que se da a los antibióticos y a los antidiarréicos es escasa, con excepción de los casos muy graves que ameritan un tratamiento médico hecho en un hospital.

Hasta aquí, hemos hablado de la diarrea aguda y de la deshidratación que acarrea, sus posible causas y eventualidades, pero principalmente de una buena alternativa de tratamiento, la rehidratación por vía oral mediante la solución glucosada hidratante, que se puede preparar en casa. Pero, cuando se habla de una enfermedad, tal vez sea otro el aspecto más importante: cómo prevenir dicha enfermedad. En el caso de los padecimientos diarreicos la prevención descansa en primer lugar, en el saneamiento del medio ambiente, ya que la trasmisión se efectúa a través de las aguas contaminadas con microbios, virus o parásitos que por lo general provienen de las materias fecales.

La medidas preventivas incluyen:

— Beber agua potable y/o hervida.

— Enseñar, tanto a los niños como a los adultos, a hacer sus necesidades en lugares preparados para ello (baños, letrinas,etc) y no en el patio de la granja en el campo o de la casa en el ciudad.

— Desarrollar y mantener la lactancia materna por diversas razones:

* Se opone a la desnutrición en el lactante pequeño, en el cual la deshidratación adquiere particular gravedad.
* Aporta elementos protectores en el niño de cuatro a seis meses, cuando se encuentra más indefenso frente a las infecciones.
* Como evita el uso de la lactancia artificial con biberón, permite disminuir los riesgos que la acompañan, tales como la preparación de leche en polvo con agua contaminada, utilización de biberones mal lavados, etc.

Algunas madres entrevistadas por esta revista inquirieron sobre la posibilidad de una vacuna en contra de las enfermedades diarreicas, que con frecuencia atacan a sus hijos. Es preciso subrayar que no existe aun la posibilidad de proteger al lactante pequeño contra las infecciones intestinales mediante la vacunacion. Hay investigaciones al respecto en curso, pero todavía no se han obtenido resultados que se puedan aplicar en la práctica.

Como se ha visto, la diarrea aguda es más peligrosa en la medida que el niño es más pequeño y desnutrido. Si la madre comienza la rehidratación por vía oral en la casa, desde el comienzo de la diarrea, puede prevenir, evitar o controlar la deshidratación hasta que pueda consultar a un médico. Hoy día, es posible impedir la muerte de un gran número de niños pequeños afectados por la diarrea aguda, gracias a la rehidratación por vía oral.

María Esperanza Herrero

REVISTA DEL CONSUMIDOR 92/OCTUBRE 1984

Conquistar mujeres no es para cobardes

En la edición de la revista Play Boy número 39, de julio de este año, aparece un peculiar anuncio en el que se lee "Los expertos dicen USTED TENDRA A LA MUJER QUE QUIERA. . . La manera más fácil de conquistar a la mujer de sus sueños. . . sea ella quien sea."

Se trata de la inserción de una compañía llamada Persona de México, S.A. de C.V., en la cual señalan haber adquirido los derechos de un método llamado **"Tele-Command"**, desarrollado por la empresa estadounidense Behavior Modification Systems Inc. Se garantiza que "miles de hombres ya están disfrutando las delicias que proporciona, y que usted se mantiene en contacto con tantas mujeres hermosas como nunca había soñado. Todo esto independientemente de su éxito o fracaso anterior con las mujeres."

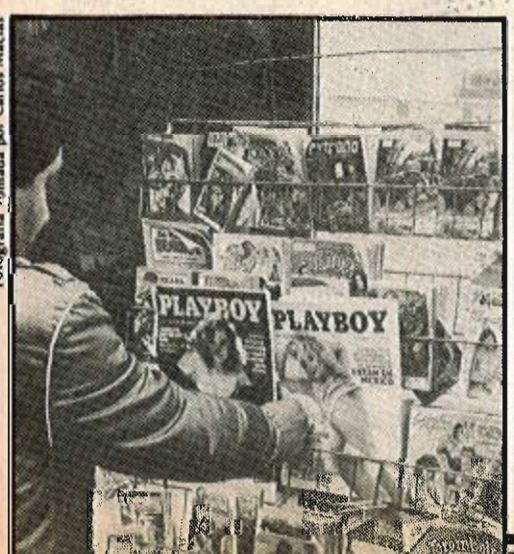
El anuncio de esta compañía —que debiera llamarse Objetto, S.A. de C.V. en vista de sus orientaciones— va muy a tono con el resto de la revista, que se anuncia como **"un estilo de vida"**.

El análisis de los números correspondientes a julio y agosto revela que el **"estilo de vida"** consiste en el uso de hoteles, restaurantes, bebidas alcohólicas, aerolíneas, ropa y productos de tocador. Al lado de estos anuncios —los más frecuentes— están otros menos cuantiosos pero más "selectos": autos de modelo reciente, sistemas de televisión vía satélite y viajes por mar. Estos últimos anunciados por la empresa **Windjammer Barefoot Cruises Ltd.**, aparecen redactados en idioma inglés. Y aunque la compañía es extranjera y las salidas son de la costa de Florida, las inserciones aparecen en una revista mexicana (?), y por lo tanto deberían obligatoriamente estar redactadas en español, cumpliendo

con lo dispuesto en el artículo 7 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

En los números de la publicación que comentamos merecen mención aparte unos artículos de cuatro o cinco páginas que son, esencialmente, anuncios de casas de modas con un recubrimiento pseudoperiodístico. "Hay quienes invariablemente se dejan llevar por los caprichos de diseñadores arribistas y por ello siempre andan a la mano con el ridículo —es la advertencia del escrito de **Play Boy** de agosto—. Otras personas prefieren quedarse estancadas en un estilo de vida pasada y con ello parecen figuras salidas de un museo. Afortunadamente existe quien sabe conducirse distinguidamente entre la turbulencia del vestirse. La elegancia no es cosa pasajera ni asunto del pasado. Es un sentir. Es un pensar. ¿Es usted elegante?" Y lo que sigue es una muy interesante lista de camisas **Henry Grethel**, corbatas **Oleg Cassini**, sacos **Austin Reed**, relojes **Jaz París** y gabardinas **Fezza**.

A esta prenda, la gabardina, la edición del mes de julio dedica las siguientes líneas, salidas de alguna mente de exhuberante y retorcida fantasía: **"Ahora imagínese a usted mismo luciendo una de estas gabardinas, en una noche lluviosa, mientras deambula por las calles en busca del criminal. Entonces una hermosa mujer se le acerca, lo mira de arriba a abajo, le acaricia la gabardina y le dice 'hola guapo', tengo una información que puede servirte. Pero primero, acompáñame.' Y a usted, por supuesto, la lluvia es lo que le importa menos."**



Fotografía Tomada por Carlos Macías

Una vez identificado el público seguidor de este **"estilo de vida"**, volvamos al anuncio acerca del método infalible para conquistar mujeres: "Cuando usted comience a usar el **B.M. Tele-Command** usted **(respetamos la redacción original)** pondrá a su servicio una de las fuerzas más poderosas conocidas por el hombre. La mayoría de las mujeres lo verán como el hombre que les gustaría conocer mejor, ¡mucho mejor! Muchas se sentirán atraídas por usted inmediatamente. Algunas sencillamente no podrán resistir."

"No nos entienda mal. No vamos a colocar fuerzas ocultas a su disposición. Nosotros vamos a revelarle un sistema eficaz y además poco conocido para la atracción personal. Un sistema disponible para cualquier hombre que quiera hacer un pequeño esfuerzo requerido para aprenderlo."

A continuación sigue el testimonio de una persona que se atrevió a tener tantas mujeres como si fueran cosas: **"Yo intenté todos los trucos posibles para conquistar mujeres. Pero raramente tenía éxito. Puedo decir que usé todas las técnicas que se conocen. Pero siempre salía frustrado. Me encontraba muy solo, muy triste; entonces leí un anuncio del B.M. Tele-Command en 'Squire'. Admito que tuve dudas al principio. Pero terminé arriesgándome, pues no tenía nada que perder. Puedo decirle que no me llevó mucho tiempo para percibir que había descubierto una cosa maravillosa. En 4 o 5 días conocía tantas mujeres hermosas que no sabía qué hacer. Comencé a salir con tantas mujeres que no tenía tiempo para todas. Pero eso no es nada. Usted debería ver cuántas mujeres se estaban muriendo por conocerme! Honestamente nunca me diverti tanto. Gracias al B.M. Tele-Command... R.C. Mich. —Los Angeles, California."**

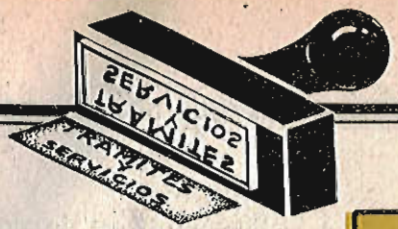
La última parte de la labor de convencimiento de esta poco seria institución es un discurso sofista: **"Todo lo anterior pueden parecerle tonterías. Si este es el caso, permítanos sugerirle lo siguiente: Ponga sus dudas a un lado por un momento y dése a sí mismo una oportunidad. El principio funciona... Y nada cambiará esto. Pero si usted persiste con dudas, y ni siquiera lo intenta, entonces usted se estará menospreciando, privándose de la posibilidad de tener a todas las mujeres que siempre quiso... Si usted es un hombre que tiene éxito con las mujeres, no necesita el B.M. Tele-Command. Pero si éste no es su caso, o si usted es un mujeriego incurable, inténtelo** (las faltas ortográficas se transcriben tal cual). **Perder esta oportunidad sin haberlo intentado será un acto de cobardía."**

Estos "valientes" señores garantizan su sistema. Si usted **"no conoce, sale o seduce a más mujeres en este mes que durante el año pasado, devuelva el material a Personna de México. Nosotros le devolveremos lo que pagó por él incluyendo gastos postales".**

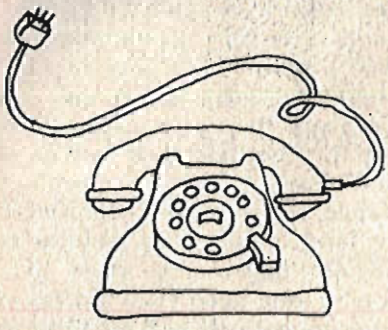
Así que si al "cobarde" no le funcionan los libros de hipnotismo —o algo parecido; esto se infiere del nombre de la empresa extranjera y de que no es la primera vez que la **hipnosis** se anuncia como el recurso infalible para hacerse irresistible— la empresa, en un afán de seriedad y profesionalismo, le reintegrará los 2 mil 400 pesos que pagó. No tenemos más palabras con qué calificar a las personas que están detrás de esta organización: ellos, en su enfermedad mental, lo han dicho todo, y evidentemente muestran que —para muchos— continuar considerando a la mujer como un mero objeto sigue siendo no sólo un negocio, sino su indiscutible privilegio.

Finalmente sólo nos queda esperar que las autoridades de la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial encargada de aplicar la Ley de Protección al Consumidor ordene la inmediata suspensión de este tipo de publicidad que resulta hasta ofensiva para los consumidores en particular para la dignidad de la mujer.

Juan Arturo Salinas



568 87 22



Y usted. . . ¿llama al "teléfono de los precios"?

Diariamente, 18 personas proporcionan información a los consumidores que lo soliciten en el tel. 568-87-22, entre las 8:30 y las 19:30 horas.

Los servicios que se ofrecen al consumidor son:

a).- Información de Precios

Se recaba información sobre 350 productos de consumo básico y generalizado, en nueve centros comerciales y mercados públicos;

75 productos en la Central de Abasto, Merced y Jamaica.

400 productos de consumo duradero (lavadoras, refrigeradores, enseres menores, etc.) en 19 centros comerciales, con vigencia mínima de una semana.

b).- Se reciben quejas por violaciones a los precios oficiales, las cuales se canalizan en la SECOFI; en un plazo de 30 días se contesta al consumidor que presentó la queja y señaló los datos de su domicilio.

c).- Se orienta sobre los diferentes aspectos que presenta la Ley Federal de Protección al Consumidor.

d).- Se informa al consumidor sobre las funciones y actividades del INCO.

¿Come usted fuera de casa ...?

Gran parte de la población sufre de parasitosis e infecciones intestinales. Las pérdidas económicas en la producción nacional y el costo para el Sector Salud, causados por la ausencia y/o hospitalización de la población trabajadora se estiman en miles de millones de pesos al año.

La inclinación de la población por los "antojitos callejeros", aunada a la necesidad de comer fuera de casa a un precio que no sea gravoso para el presupuesto familiar, hace que ésta se incline por los sabrosos tacos. Sin embargo, es necesario que antes de deleitarse observe que:

- los tacos no se expendan o preparen en la vía pública
- no haya perros u otros animales en el lugar de venta
- la persona encargada de preparar los tacos lleve gorro y delantal impecablemente limpios
- no maneje simultáneamente dinero y alimentos
- exista agua corriente para el aseo de las manos y de los utensilios de cocina
- el lugar se vea limpio y libre de moscas u otros insectos
- si el establecimiento cuenta con servicios sanitarios, estos se encuentren alejados del área donde se preparan los alimentos
- los desperdicios se coloquen en depósitos cerrados
- evite las salsas y la lechuga, por lo general son elementos altamente contaminantes

Aprenda a decir ¡NO! a las latas

Sin duda, comer alimentos naturales es mucho más sano que consumir productos enlatados, pero si se ve obligado a adquirir estos últimos es importante que:

— No compre latas que presenten abolladuras o estén abombadas.

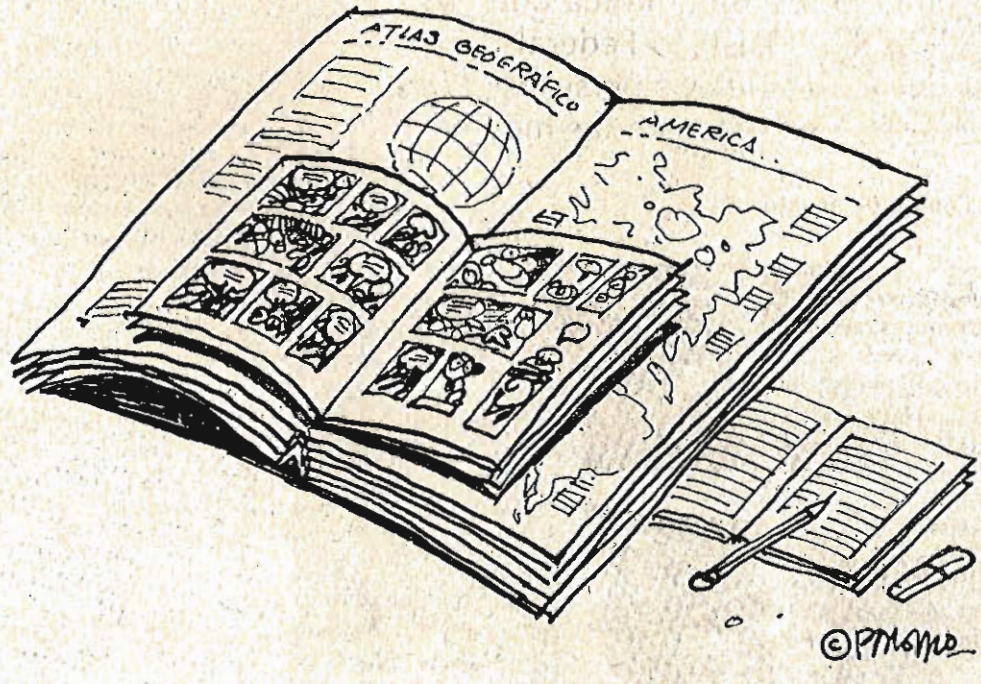
— Inmediatamente después de abrirlas conserve los alimentos en refrigeración y nunca los deje en la lata.

— Sin el debido control de calidad, los productos enlatados pueden ocasionar desde severas anemias —por su alto contenido en plomo— hasta botulismo, enfermedad por lo general mortal.

Recuerde que lo más indicado es el regreso a los alimentos naturales, ya que su industrialización está causando graves problemas al ser humano, a las otras especies animales y a la ecología.

Historietas: algo más que diversión

De modo casi inadvertido, ya que prácticamente nadie repara en que existen y ahí están, al alcance de las manos, las revistas de historietas —los populares "cuentos"— forman parte sustancial de la cultura popular. Casi todos los niños los leen, y también muchísimos adolescentes y enorme cantidad de adultos. Sin embargo, las historietas viven (por así decirlo) en el anonimato, salvo para algunos estudiosos que se preocupan por su historia y significaciones. Este artículo es una forma de aproximarnos a ellas.



En el principio, allá por el año 1895, fue un niño el protagonista de la primera historieta reconocida como tal. Era el "**Yellow Kid**" (muchacho amarillo), vestido con un camisón de color justamente amarillo —de ahí el nombre del personaje— que le llegaba a los pies, y sobre el cual un dibujante calaba un texto a veces incluso grosero, que servía como comentario sarcástico de los hechos que se sucedían en una vecindad de Nueva York. Este personaje, que aparecía en el suplemento dominical a colores de un importante periódico neoyorquino, estaba destinado a hacer historia, ya que a partir de él surgieron innumerables tiras —cómicas y de aventuras— en diversas publicaciones, como forma de ganar y atraer lectores para las mismas.

Del "**Yellow Kid**" nacería una amplísima e ilustre progenie, ya que

en él tienen su origen personajes como **Mutt** y **Jeff, Lorenzo** y **Pepita, Trifón** y **Sisebuta** (los antihéroes de "Educando a papá"), y aún **Flash Gordon** (primera historieta de ciencia ficción, género que hoy domina ampliamente en los "cuentos"), **Superman, Batman, El Llanero Solitario, La Mole,** y tantos otros. Incluso, por su temática —describir y comentar con ácido humor los problemas de una vecindad— podría señalárselo probablemente como un remoto antecesor de la mexicanísima **"Familia Burrón"** de Gabriel Vargas, quizá el mayor aporte de nuestro país es este campo.

Durante muchos años a partir de entonces, las tiras fueron parte fundamental de la difusión de los periódicos, y llegó a darse la paradoja de que, surgidas para ganar lectores (como ya mencionamos), muchas personas compraban determinados diarios exclusivamente para leer las historietas por ellos presentadas. Ellas pasaban a ser la atracción fundamental de los lectores cotidianos, y su importancia creciente preparaba su futura independencia.

Hacia los años de 1930 tal independencia se produce efectivamente: aparecen las primeras revistas exclusivamente de "cuentos". De la mano de este suceso aparecen triunfalmente tres historietas que señalarían las características casi definitivas de esta expresión: **"Tarzán"** (que se publica por vez primera el 7 de enero de 1929), **"Popeye"** y **"Buck Rogers"**. Con ellos irrumpen definitivamente el gran héroe individual, dueño de enormes capacidades físicas e intelectuales, las caricaturas sólo tangencialmente vinculadas a la vida real, y las aventuras en espacios galácticos lejanos y desconocidos.

La primer línea es la que encuentra su continuación, obviamente, en **Superman** (el primer héroe dotado de poderes suprahumanos), **Batman, El Hombre Araña, Mujer Maravilla, Los Cuatro Fantásticos, La Antorcha Humana** y tantos otros. La segunda, las caricaturas, hallaría su mayor expresión en los personajes de Walt Disney (aún hoy Donald y Mickey cuentan entre los personajes preferidos por las nuevas generaciones... y entre los que más venden). Finalmente la tercera daría, luego de muchas piruetas, el marco adecuado para el pleno desarrollo imaginativo en torno a la acción de los superhéroes: en las últimas manifestaciones de la historieta aquéllos se mueven en un marco que ya no tiene casi ningún contacto con lo humano, órbitas celestes en los que seres dotados de poderes inimaginables luchan y se enfrentan entre sí, como en las aventuras de **"Legión de Superhéroes"**. En el camino quedaron dos modalidades que gozaron de gran éxito, y que hoy han casi desaparecido: las de detectives-agentes (**"X-9"**, **"Rip Kirby"**, **"Steve**

Canyon", etc) y las del oeste norteamericano (**"El Llanero Solitario"**, **"Red Ryder"**, **"Tom Mix"** y muchas otras).

Estos son sólo algunos apuntes en torno a la historia y evolución de los cuentos. Falta aún referirnos a sus significaciones, ya que son precisamente éstas las que hacen importante a la historieta, además, lógicamente, de su trascedencia como forma de consumo cultural.

Tales significaciones, si queremos simplificar el problema —pero también plantearlo en toda su dimensión y profundidad — se reducen en general a lo siguiente: nacidas en los Estados Unidos de Norteamérica y para consumo interno de la población de ese país, habiendo gozado allí de sus primeros y definitorios éxitos masivos, las historietas continúan sujetas a los gustos, las preferencias, los valores culturales, intelectuales y morales, del pueblo norteamericano.

De allí que, de un modo u otro, la historieta norteamericana, tanto la de aventuras como las caricaturas, no puede sino reflejar e incluso enaltecer tales valores. Ello —que incluso puede considerarse perfectamente legítimo en tanto se dirigen a la audiencia nacional— se convierte en un verdadero problema cultural cuando su difusión enraiza profundamente en otros países, como en el nuestro.

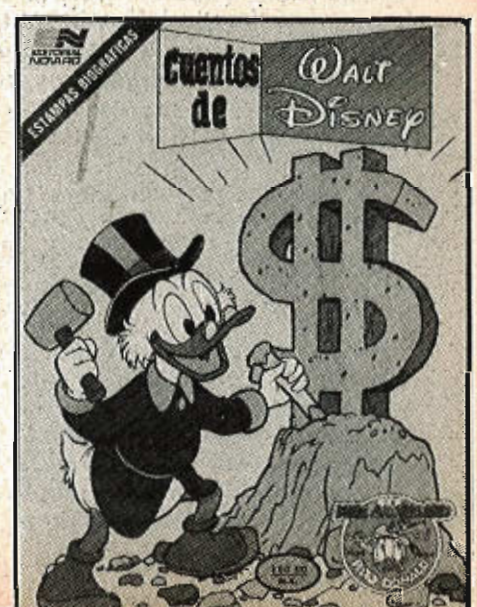
Nuestra personalidad nacional, nuestro sistema de valores, nuestras preferencias y necesidades son otras. Por no saber ni poder asimilarse a ellas, las historietas —pese a ser leídas por niños, adolescentes y adultos mexicanos— imponen una visión del mundo y de las cosas ajenas a nuestra propia idiosincracia, y plantean el peligro y el hecho real de que de instrumentos de entretenimiento y diversión se convierten (quiéranlo o no) en herramientas de penetración cultural.

No sólo los enemigos de **Superman** han sido siempre los adversarios de esa ciudad tan sugestivamente bautizada como **Metrópoli**, sino que aún personajes tan simpáticos como el **Pato Donald** o el **Ratón Mickey** son nada más ni nada menos que verdaderos arquetipos de la clase media norteamericana. Ambos viven en agradables casas y barrios típicos del "american way of life", sus novias tienen todos los tabúes y prejuicios del puritanismo anglosajón, sus aventuras se desarrollan frecuentemente en países exóticos habitados por personas presentadas de manera absurda, como en el caso de las aventuras de **"Donald en Aztecland"**, analizadas por **Armand Mattelart** uno de los primeros estudiosos de estos fenómenos de la difusión masiva.

A través de tales planteamientos, estas revistas cumplen una función tan importante o más que la del mero "negocio", ya que todos los pesos que se invierten en comprarlas, y el tiempo que se dedica a leerlas, están destinados en realidad a consumar (y consumir) una a veces nada sutil apología de los valores norteamericanos a través de esos verdaderos mitos modernos que encuentran su paradigma en **Superman**.

He aquí el verdadero peligro de los "cuentos", porque su seducción proviene no solamente del encanto o diversión que puedan ofrecer, sino de que emplean como motivo de atracción factores inconscientes que pertenecen a lo más profundo de las diversas culturas humanas. **Superman** es grande por sus **superpoderes**, y porque en él reencarna Hércules aunado a la aguda inteligencia de Ulises; y pese a que **Superman** se refuerza porque el orden constituido prosiga imperturbablemente su marcha, no es supefluo también ver en él la representación del "personaje justiciero" que todas las culturas han forjado como símbolo de las permanentes aspiraciones humanas a un mundo mejor, más justo y bueno.

Así, apelando a sentimientos y convicciones hondamente enraizadas en los pueblos, las historietas ofrecen no sólo emoción y risas, sino una nueva visión de la justicia y el bien. Lamentablemente, en ellas sub-



yace la defensa de los intereses y creencias de una cultura que nos es ajena.

Sin embargo, quizá nada más fácil que condenar a la historieta. Nada más fácil... e igualmente, nada menos útil. Pues lo cierto es que la historieta es en nuestro país el "best seller" permanente. Cuando un libro de éxito puede alcanzar una edición de 6 mil ejemplares, y un gran suceso llegar a 100,000 ejemplares, estas cifras son abundantemente superadas, semana a semana, por multitud de historietas que imprimen, como por ejemplo **"El Hombre Araña"** 290,000 unidades en cada aparición.

Ello, para no hablar de los 500,000 ejemplares de **"El libro vaquero"** o la igual cantidad que alcanza **"La novela policiaca"** (que, empero, son expresiones ligeramente distintas por su presentación y formato, a las revistas de cuentos clásicas).

Estos simples ejemplos nos están hablando a las claras de la sorprendente difusión de las historietas en el país. Si además consideramos que por lo general las ediciones se agotan, que son leídas por dos o tres miembros de cada familia, y que luego se revenden, es fácil comprender que ellas constituyen la principal y más frecuente experiencia de lectura para millones de mexicanos. Si conjuntamente no perdemos la vista que en primera línea entre sus lectores están niños y adolescentes, y que la gran mayoría de sus compradores pertenece a las capas más ampliamente populares, el poder de penetración cultural de estas revistas puede llegar a ser inmenso.

Por todo ello es que decimos que condenar las historietas es fácil... e ineficaz. Es preciso, más que condenarlas, comprenderlas, a fin de poder entender los factores de su repercusión. Comprenderlas, también, para poder orientar a lectores poco avisados o aún desprevenidos (como niños o adolescentes); para, en fin, poder encaminarnos hacia una política cultural global que posibilite encuadrarlas correctamente, política que también en este campo está urgiendo.

Algunos aspectos de la historieta mexicana.

No todas las historietas que circulan en nuestro país son de procedencia extranjera, ya que parte importante de las mismas son elaboradas, diseñadas y producidas por profesionales nacionales. Y ésto ya desde hace muchos años, pues los estudiosos suelen señalar los años 30 como el período de surgimiento y consolidación de historietas con un perfil propio.

De entre los más antiguos y más importantes cultores de una tira cómica que no sólo recoge sino que se alimenta de la expresividad de los caracteres nacionales, destaca Gabriel Vargas, creador de una serie antológica, **La familia Burrón**, que vierte con agudeza satírica las vicisitudes de la vida cotidiana en una vecindad típica, y en la cual sobresalen dos personajes, el calmo e inefable Remigio Burrón y su turbulenta esposa, que en el contrapunto de sus modalidades de vida van explayando con riqueza muchas de las acciones, pensamientos y sentimientos del mexicano perteneciente a los ámbitos más populares.

La familia Burrón tiene ya varias décadas de vida, y su éxito persistente va aunado —en este caso— a la calidad de su planteamiento. No es la situación de otras historietas mexicanas cuya difusión está supeditada a la popularidad de ciertos personajes de la televisión (como en la revista sobre las aventuras de **El Chapulín Colorado**), o a expansiones transitorias, como la que acompañó en su momento al primer bebé panda en el zoológico de Chapultepec, y que trató de ser aprovechada comercialmente con una revista que se llamó **El pandita**, de efímera vida.

Entre ambos extremos hallamos revistas como **Capulina, Mortadelo y Filemón**, las series como **Kalimán, Chanoc** (una valorable serie de aventuras) o **Rarotonga**, que combinaba el filón de aventuras y acción con el erotismo, configurándose así como una publicación más propiamente para adultos. Y también la sátira cultural y social de **Los Supermachos** (que sería llevada al cine en una película en su momento bastante estimada como "Calzontzin inspector").

Todas ellas modalidades de una historieta nacional en la cual encontramos grandes aciertos, famas rápidamente perecederas, e intentos de emplear a la historieta como una forma de comprender algunos aspectos de la vida cotidiana tal como se manifiesta en nuestro territorio.

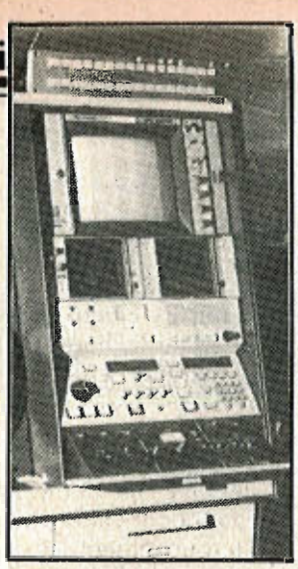
Canal 11-XEIPN

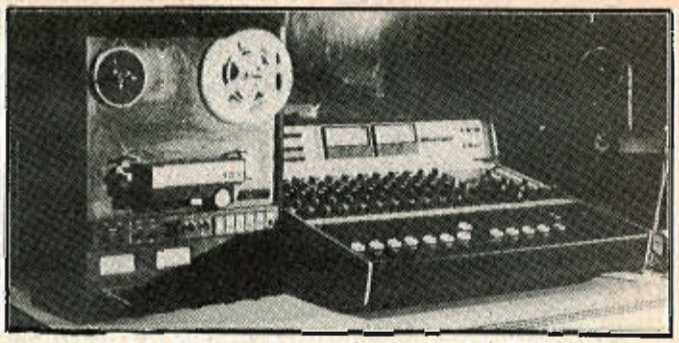
Entrar al edificio de Canal 11 es como entrar a una casa de familia: limpia, pero modesta; algunos muros están pidiendo a gritos una mano de pintura; algunos sillones necesitan un cambio de tapiz; pero abunda la cordialidad y el café está siempre a punto. Igual que en una casa de familia, a veces no alcanza el dinero, pero esta carencia se suple con inteligencia e imaginación. Y ese sobrio edificio de Canal 11 es, nada menos, la Primera Estación Televisora Cultural de América Latina.

Ubicado en el antiguo Casco de Santo Tomás como dependencia del IPN (Instituto Politécnico Nacional) XE-IPN-TV Canal 11 inicia sus transmisiones al aire el 15 de diciembre de 1958, desde un pequeño estudio con cámaras de circuito cerrado. Su objetivo inicial era realizar programas que sirvieran de apoyo a la preparación académica de toda la comunidad politécnica. Pero los programas llegaron a tener un contenido y una importancia tales que requerían ser difundidos, ya no sólo entre los miembros de la comunidad escolar, sino también responder a las demandas democratizadoras de la vida general del país, que obligaban a las instituciones educativas a abrir sus puertas a la sociedad para mostrarle lo que en ellas se realizaba cotidianamente.

Dotado con una particular y débil señal, visible en un pequeño número de aparatos de televisión, esta primera estación televisiva del Estado tuvo que desarrollar una gran habilidad en el oficio, sin contar para ello con los enormes adelantos industriales de la TV comercial y en

REVISTA DEL CONSUMIDOR 32/OCTUBRE 1984





contra de las voces escépticas —que nunca faltan— para quienes era irrealizable un proyecto de televisión cultural. En fin, una genuina proeza de la tecnología mexicana institucional.

En la República Mexicana opera un sistema nacional de televisión compuesto por cuatro canales privados, uno paraestatal —Canal 13— y uno del Estado, Canal 11. Este sistema cubre el 40% del territorio del país. Los canales comerciales y el 13 concentran su transmisión en áreas densamente pobladas, lo cual les asegura una audiencia con alto poder de compra para artículos de consumo inmediato. Además, la publicidad de estos canales cubre espacios prácticamente iguales a los que ocupa la programación. A través de sus 110 repetidoras y estaciones mediante cassettes, llegan al 60% restante del país, o sea, el área específica de la televisión rural.

Pero Canal 11 jamás ha intentado trasplantar o copiar los patrones de programación de otras difusoras, sino crear una estructura de servicio y de apoyo, a la educación y a la cultura. Se trataba de dar respuesta a una necesidad exigida y sentida por la gran mayoría del pueblo mexicano, que demandaba cada vez más y mejores opciones educativas. Y Canal 11 constituyó, aunque de manera transitoriamente imperfecta, por sus limitaciones técnicas y económicas, una forma de satisfacer estas demandas sociales.

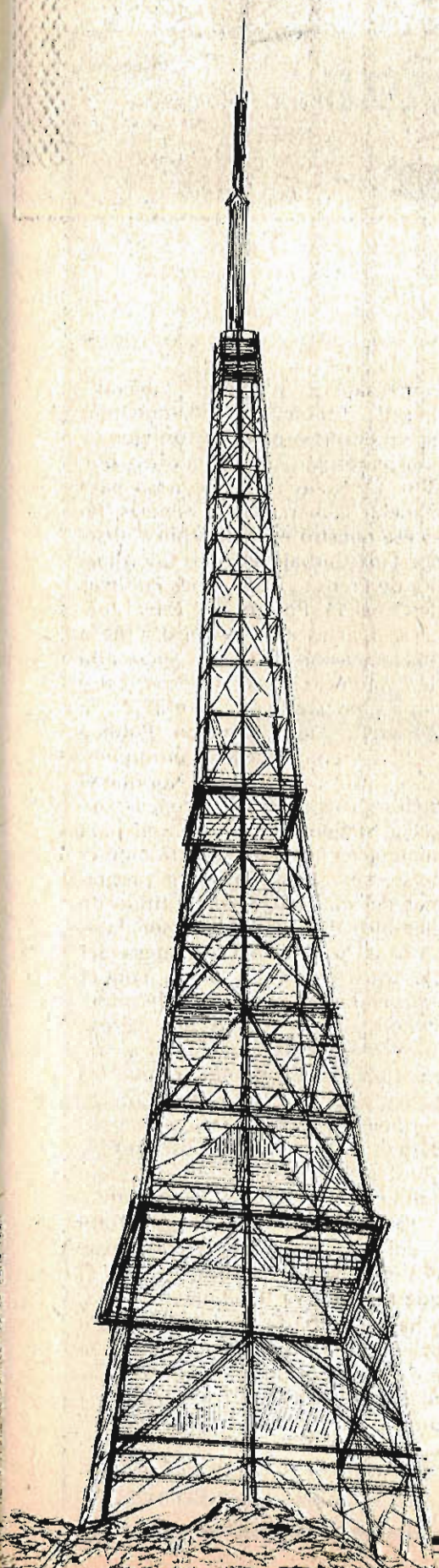
La presencia actual de Canal 11 en la televisión mexicana se debe también al surgimiento, bastante reciente, de una nueva visión política sobre la utilidad social de la televisión como coadyuvante de la tarea educativa en todos sus niveles. Hoy, a poco más de un cuarto de siglo de su creación, Canal 11 llega a 1.600,000 aparatos del Distrito Federal y del área metropolitana, y el 100% de su programación es a color.

Si se observa un poco, es fácil darse cuenta que el Canal 11 no pasa comerciales. Sí tiene anuncios, pero ninguno de ellos contiene el mensaje de **"¡compre!", "¡haga!", "¡use!", "¡tome!". "tire"**, que más que consejos parecen órdenes y constantes jaloneos a nuestro bolsillo. **—"No tenemos permiso para manejar comerciales y, además, no es ése nuestro estilo"**, explica el señor Luis Carbajo Dergal, Coordinador de Prensa y Relaciones Públicas de Canal 11. Porque este Canal funciona gracias a un permiso, y no a una concesión, de la SCT (Secretaría de Comunicaciones y Transportes), y el presupuesto lo aporta el IPN y la Secretaría de Educación Pública (SEP). Sabemos que este presupuesto es hasta cien veces menor que el de los otros canales. Y entonces, surge la pregunta: **¿Cómo hacen para mantenerse?**, y no sólo para mantenerse, sino para transmitir programas del más alto nivel. A título de ejemplo, el señor Carbajo señala el caso del programa **La cineteca del 11.** Este programa cuenta con el patrocinio de PEMEX (Petróleos Mexicanos), pero el dinero que ingresa por este concepto, apenas si alcanza para pagar el alquiler de las películas, los derechos, etc. Con los periódicos, se hace un intercambio de publicidad, es decir, los diarios y revistas pagan sus anuncios publicando la programación del canal.

La afabilidad del licenciado Carbajo, acompaña a la amable programación del 11

"No estamos en la inopia total —aclara el señor Carbajo—, **pero nos gustaría tener más equipo. El que tenemos ya tiene muchos años, y hay que estarlo reparando. Imagínese: más cámaras, significa más reportajes, más programas en vivo. . .pero estamos bien en comparación a otros años".**

Tal vez el único plano en el que Canal 11 no tiene proble-



mas es en el de los recursos humanos. Todos los técnicos e ingenieros que trabajan allí son egresados del IPN o de la ESIME (Escuela Superior de Ingeniería Mecánica y Eléctrica). A partir de las 3 de la tarde, hora en que terminan los programas en apoyo a la educación telesecundaria, se inician programas de producción propia, cuyo 70% es en vivo y en directo. Incluso, de lunes a viernes desde las 9 de la noche hay un programa con teléfono abierto, es decir, que el público puede comunicarse directamente y hacer uso del derecho de opinión y de participación.

Los programas instructivos o educativos abarcan desde preescolar hasta la educación media superior, tanto en la modalidad escolarizada como abierta y semiescolarizada. Uno de los principales objetivos de estas emisiones es lograr la capacitación para el trabajo productivo de jóvenes y adultos.

En cuanto a los eventos artísticos y culturales que transmite Canal 11, son de la más variada procedencia, si bien sus principales apoyos al respecto son el INBA (Instituto Nacional de Bellas Artes) y el INAH (Instituto Nacional de Antropología e Historia). Se transmiten en directo, a control remoto, o en forma diferida. Lugar especial ocupan las series mexicanas y extranjeras dedicadas al tratamiento de problemas de la ciencia contemporánea.

Los noticiarios, revistas periodísticas, debates entre especialistas de diferentes disciplinas, reportajes especiales y presentación de testimonio sobre aspectos de la realidad nacional, son programas que permiten al público conocer el modo en que los hechos afectan al individuo y a la sociedad y le brindan los elementos para formarse una opinión propia y bien fundamentada. Los denominados **"programas de servicio"** cumplen la función de servir de puente comunicativo entre los organismos oficiales abocados a la tarea de instrumentar soluciones o a proporcionar servicios y los miembros de las comunidades rurales o urbanas. En tal sentido, tienden a auspiciar comportamientos adecuados con el propósito de facilitar y mejorar la convivencia social, promover la participación de todos en beneficio colectivo y el entendimiento entre sectores alejados por factores geográficos, étnicos, políticos, sociales y económicos. Estos programas también ofrecen, entre otras cosas, ofertas turísticas, indicadores de precios en el D.F. y orientación general al consumidor.

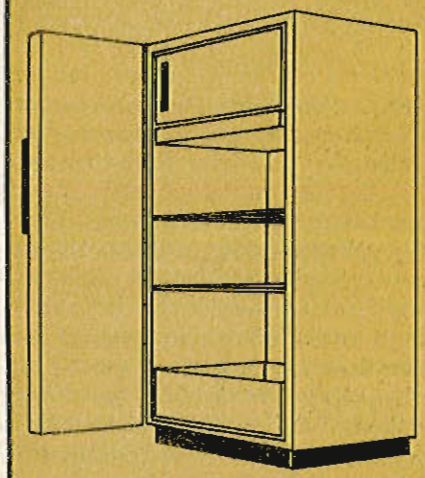
En el área de entretenimientos, el Canal 11 cuenta, por primera vez en su historia, con una filmoteca de 220 películas internacionales de los años treintas a los cincuentas. Con estos materiales se programa de lunes a viernes a las 10 de la noche la serie **Filmoteca del 11,** y los sábados, a las 5 de la tarde, **Festival de Aventuras.** La mejor película de la semana se repite los domingos a las 3 de la tarde; y por la noche se transmite **Cine de Arte.** El Departamento de Producción tiene elaborados 52 programas de la serie **Música** y lleva realizadas numerosas transmisiones internacionales de peleas de box con campeones mundiales. Asimismo, continúa con la promoción y difusión de deportes **amateurs.**

Así, queda respondido nuestro interrogante (¿cómo hace el canal 11 para mantenerse con un presupuesto tan bajo y sin publicidad comercial?): se mantiene porque enseña al teleespectador a disfrutar del ocio constructivo, que no sólo sirva para evadirse de la realidad cotidiana, sino que lo aproxima al conocimiento de formas de vida, épocas y costumbres, que le permitan comprender mejor el mundo que lo rodea, único medio posible para consolidar la identidad cultural como individuo y como ser social.

Total de horas transmitidas a la semana	106	%
Programas instructivos	25.5	24.8%
Programas culturales	20	18.8%
Programas informativos	14	13.2%
Programas de servicios	21.5	20.3%
Programas recreativos	25	23.6%

Fuente: Estadísticas de Canal 11. Septiembre de 1983.

Ya ni en los de perisur se puede confiar



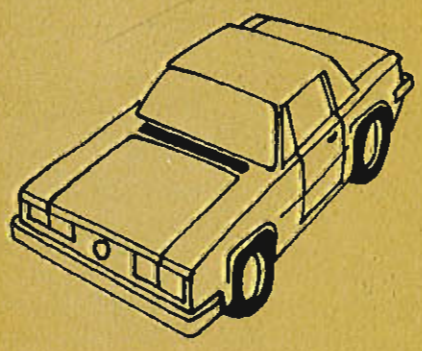
El señor Francisco González Ramírez contrató los servicios de la compañía "Perisur Coyoacán", ubicada en Ciprés No. 15, colonia Valle del Sur, para que arreglaran su refrigerador. Sin embargo, después de saldar el costo del servicio y a los pocos días de haber sido hecha la "reparación", volvió a fallar dicho electrodoméstico.

Tras intentar inútilmente que el proveedor corrigiera las deficiencias en el servicio realizado, el consumidor presentó su queja en la PROFECO y —por medio de la Dirección de Conciliación— obtuvo una solución favorable a su problema: el dueño de esta empresa arregló el desperfecto del aparato e hizo efectiva la garantía que todo prestador de servicios debe brindar.

Cuidado con estos talleres y agencias automotivas

¿Ha decidido comprar un auto o mandarlo a reparar? ¡Cuidado!, recuerde que más vale prevenir que lamentar. Antes de comprar o solicitar un servicio consulte a la Procuraduría Federal del Consumidor al 7-61-38-11 ext. 242, que le puede informar sobre el comportamiento comercial de los proveedores de bienes y servicios con los que usted va a celebrar un contrato.

He aquí una lista de talleres y centros de autofinanciamiento que más demandas han tenido últimamente ante la PROFECO:



NOMBRE	DIRECCION	QUEJAS
Sin nombre	Calzada México-Tacuba 110	69
Sin nombre	Ramón Alcocer esquina Edison	82
Autofinanciamiento automotriz	Yautepec 2	64
Autofinanciamiento Volkswagen	Río Mixcoac 73	6

RADIOGRAFIA DE CHESPIRITO

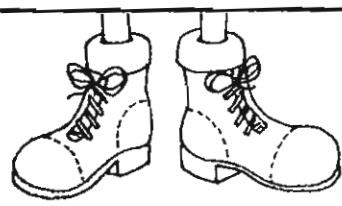
Programación del día
Lunes 3 de Septiembre
de 1984. Canal 2. 20 Hs.

DURACION DEL PROGRAMA 1 HORA SEGUN EL CANAL 2.
DURACION REAL DEL PROGRAMA, 43:48 MINUTOS.
TIEMPO DE COMERCIALES, 18:17 MINUTOS.
TOTAL ANUNCIANTES: 32
TOTAL DE COMERCIALES: 41

Nombre de los anunciantes por aparición y cantidad de productos presentados.

Sabritas (3)
Nestlé **(3)**
Kellog's **(2)**
Marinela (2)
Aguila Negra (2)
Mennen (2)
Pond's (2)
Con un sólo Producto:
Flair-Finissimo
Mirinda
Tutsi-Pop
Kleen-Bebé
Barcel
Danone
Fab-Limón
Zwan
Ricolino
Gamesa
Regio
Kentuky-Fried-Chicken
Adam's
Scribe

Canal 2 (Museo Tamayo)
Hall's
Raid
Choco-Milk
Berdl
Phillip's de Monaco
Vitacilina
Bimbo
Caprice
Kraft, y
Bic
El Chavo-"Los Chiflados" y "Los Caquitos" de programación.



EN TELA DE JUICIO

Y SIGUE LA MATA DANDO...

Antes se solía respetar a los niños. Cuando se realizaba una actividad dirigida a ellos, se pensaba fundamentalmente en su diversión, sin verlos como una fuente de lucro a gran escala.

Ahora las cosas han cambiado. Un ejemplo de ello sería que tras la exhibición de una película infantil (cuya protagonista es una oruga —que por cierto originalmente se llamaba Pepina, pero se le cambió por un nombre más comercial, "Katy"), los niños tienen que pagar cara su creación. No es suficiente haber visto la película. Los que quieran realmente disfrutar a la oruguita y sus aventuras, tendrán que adquirir los triciclos, carros, loncheras, portafolios, discos, "posters" y revistas relacionadas con ella. Todo ello apoyado en una vasta campaña publicitaria.

Actividades de este tipo son las que nos hacen reflexionar que a veces más vale que no se piense en los niños, al menos de esta manera.

Departamento de Análisis sobre Comunicación

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

el brinco

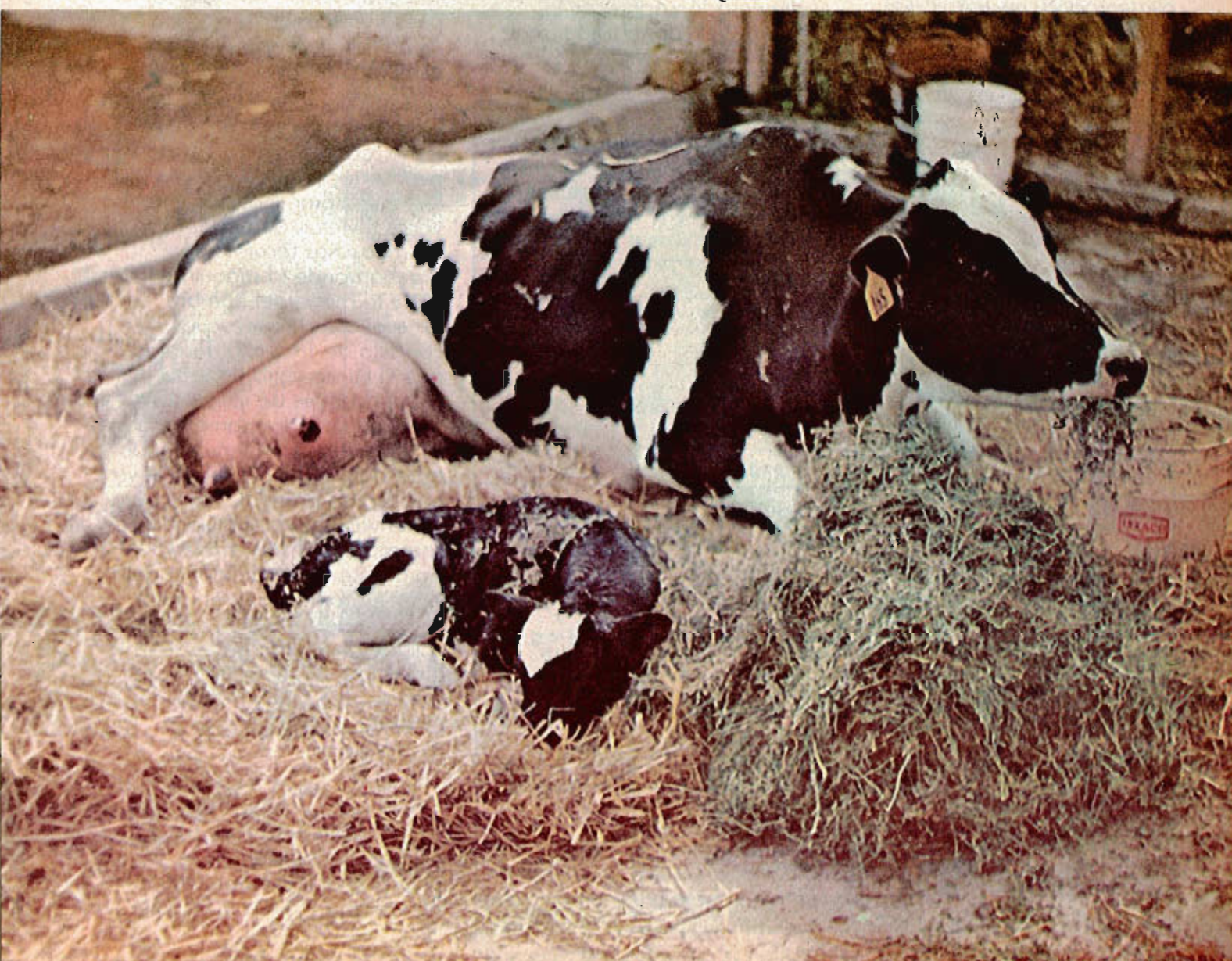
Suplemento de la Revista del Consumidor No. 92

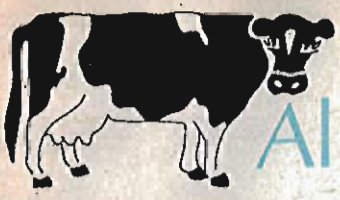
Coordinación: Marie Puga

No. 34
Octubre 84

Al niño le toca

Esta becerrita, de un rancho que visitamos en el estado de Hidalgo tiene unas cuantas horas de nacida. Su orgullosa mamá come.





Al niño le toca

Texto y fotos Pilar Pérez Sainz

La vaca es la reina de los animales domésticos, título bien merecido ya que es uno de los animales más útiles al hombre. De ella se aprovechan: la leche, la carne, la piel y hasta los cuernos y pezuñas.

Las vacas son nobles y de carácter dulce, amigas de la paz y la tranquilidad y necesitan recibir toda clase de mimos y cuidados; tantas, que cuentan con un equipo de veterinarios encargados de vigilar su estado general de salud, su reproducción y alimentación; necesitan una revisión médica mensual, baño de manguera diario, y visita de un peluquero y de un "potero" que se encarga de recortarles las pezuñas. Su paladar es exigente, no le gusta la alfalfa chatarra ni el alimento balanceado cuando está mezclada con productos que no las nutren; su manera de protestar es dar menos leche.

Al nacer una vaca, recibe estos cuidados ya que, en pocas horas, es separada de su madre e instalada en un pequeño corral donde se le alimenta con leche por medio de una mamila. A las tres meses come sola y en su alimentación aparecen la alfalfa y el concentrado (maíz molido, alfalfa deshidratada, sorgo y melaza). La becerrita de un año y medio de edad, se convierte en vaquilla y se considera vaca después de que, a su vez, se convierte en mamá. Al nacer el tercer o cuarto heredero, produce ya 40 ó 50 litros diarios.

Como verás estos animales son una especie de fábrica pues transforman la materia prima (alfalfa y granos) en un alimento casi perfecto: leche.

Hasta hace unos pocos años en el D.F., podíamos tomar leche recién ordeñada, pero el avance tecnológico hizo de la leche una gran industria y las vacas tuvieron que adaptarse a las modernas técnicas de ordeña donde la máquina suple la mano del hombre. En las cuencas agropecuarias como lo de Tizayuca, Hidalgo, que El Brinca visitó, la leche pasa, después de las ordeñadoras, directamente al tanque de enfriamiento donde la recoge una pipa que la lleva a la planta pasteurizadora para ser envasada y distribuida. Este sistema tiene sus ventajas porque controla la higiene del alimento pero en cambio nos deja una leche de mediana calidad pues gran parte de la grasa que contiene las empresas la extraen para elaborar quesos, cremas y mantequillas.

Cuando vayas a un rancho o granja aprovecha la oportunidad para conocer a estos amigables animales y para probar leche fresca y auténtica.

RECUADRO ¿CUANTO CUESTA UN VASO DE LECHE?

¿Qué leche es?	Un litro cuesta:	Un vaso te cuesta:
Alpura (Pasteurizada y homogeneizada)	$ 67.00	$ 16.75
Boreal (pasteurizada y homogeneizada)	$ 70.00	$ 17.50
Alpura 2000 (Pasteurizada y homogeneizada; sin abrir puede guardarse un mes)	$ 70.00	$ 17.50
Alianza Instalac (en polvo)	Lata de 340 g. $ 237.00	$ 20.91
Nido (en polvo)	Lata de 340 g. $ 252.00	$ 22.24
Clavel (evaporada proteinada)	Lata de 410 g. $57.00	$ 14.25
Alianza (evaporada proteinada)	Lata de 410 g. $ 57.00	$ 14.25
Alianza concentrada (ultrapasteurizada, no necesita refrigeración hasta abrirse	$ 57.60	$ 14.40

***Precios vigentes hasta el 12 de septiembre de 1984

No hay clases en:

Octubre 12:
Descubrimiento de América

Febrero 5:
Promulgación de la Constitución

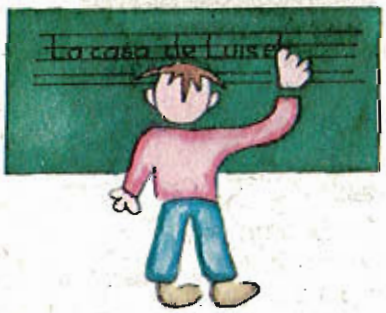
Mayo 1o.:
Día del Trabajo

Septiembre 1o.:
Informe Presidencial

Diciembre 25:
Navidad

Enero 1o.:
Año Nuevo

Mayo 5:
Batalla de Puebla



Mayo 15:
Día del Maestro

VIGENTE PARA LAS ESCUELAS OFICIALES Y PARTICULARES INCORPORADAS DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS CON CICLO ESCOLAR ANUAL

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	▲	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
●	17	18	19	20	21	22
16/30	24	25	26	27	28	29

OCTUBRE

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	●	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	●	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	●	26	27	28	29

ENERO

D	L	M	M	J	V	S
		●	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	●	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	●	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
			●	2	3	4
●	6	7	8	9	10	11
12	13	14	●	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24	25	26	27	▼	29

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

▭ SOLICITUDES DE INSCRIPCIÓN A PRESCOLAR Y PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

ORGANIZACIÓN E INSCRIPCIONES ▲ INICIO DE CURSOS ▼ FIN DE CURSOS

● SUSPENSIÓN DE LABORES DOCENTES ▭ VACACIONES

Septiembre 16:
Aniversario de la Independencia

Marzo 21:
Natalicio de Benito Juárez

Noviembre 20:
Revolución mexicana

El sol y su reloj

El primer indicador de tiempo inventado por el hombre fue el reloj de sol. Nació cuando aquél observó que la sombra de los objetos que el sol ilumina, cambian de longitud en las diversas horas del día.
Cuando construyas este reloj y sigas las instrucciones paso por paso, podrás verlo funcionar cuando haya sol brillante y te permitirá comprender mejor el movimiento de rotación de la Tierra.

Hay relojes de sol de muchos tipos; éste es un modelo de tipo ecuatorial, diseñado por los maestros del Centro de Cómputo de la UNAM para el curso vacacional impartido en La Casa del Lago.

Necesitas: un cartón de 20 x 10 cms., pegamento, un popote tijeras y regla.

1.- Corta las carátulas por las líneas punteadas.

2.- Corta un círculo de cartón del tamaño y dibuja de las carátulas.

3.- Pega las carátulas sobre el círculo de cartón: PRIMAVERA Y VERANO deben quedar de un lado y OTOÑO E INVIERNO, del otro.

4.- Perfora el pequeño círculo del centro para que sea del mismo tamaño que el diámetro del popote.

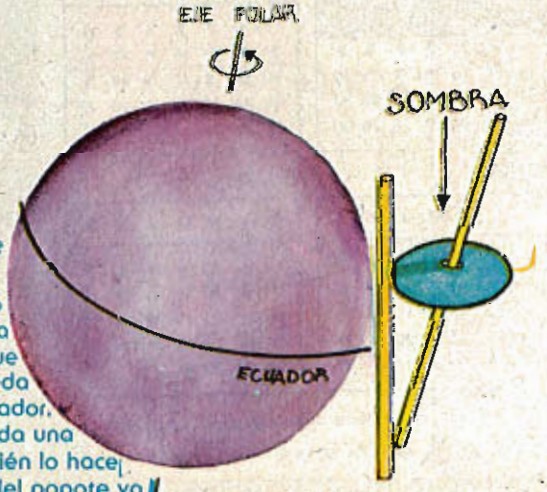
5.- Mete el popote por el lado OTOÑO E INVIERNO (hasta el 21 de septiembre) o por el lado PRIMAVERA VERANO (del 21 de sept. hasta el 21 de marzo). El trozo que asome por este extremo debe tener 3 cms.

6.- Pégalo al disco (en la perforación) procurando que quede perpendicular.

7.- Coloca tu reloj sobre una base firme en un lugar donde haya sol. La carátula OTOÑO E INVIERNO debe ver al norte (A partir del 21 de sept.) Corrige la orientación de tu reloj durante el primer día. Después verás que la sombra del popote indica la hora sobre la carátula en la estación correspondiente, con exactitud.

Fabiola, alumna en la Casa del Lago, iluminó el sol de su carátula para decorar el reloj.

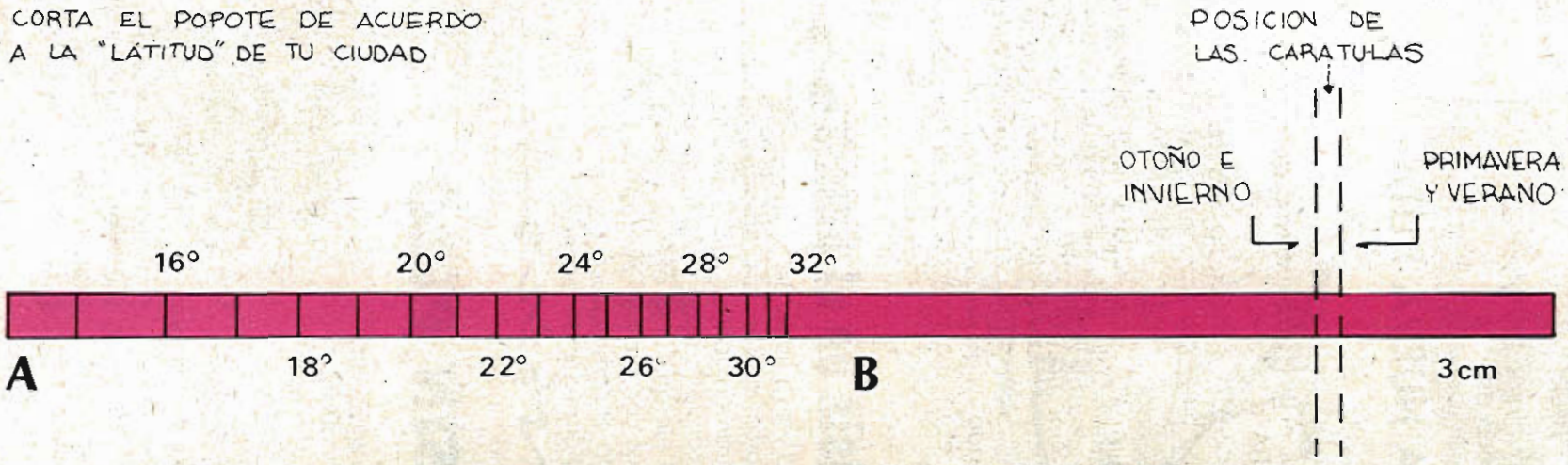
Marca la latitud de tu ciudad en este mapa; la del D.F. es de 19.4 grados. Coloca tu popote sobre el de la figura 1 y córtalo sobre la línea A B en el lugar en que esté marcada la latitud de tu ciudad. Si pegas el disco sobre la base en el punto 12:00 obtendrás la hora local. La hora civil que es la misma para toda una zona, es la que está indicada en el mapa (cuando el sol alcanza su punto más alto en el cielo) y en el D.F. es alrededor de las 12:40

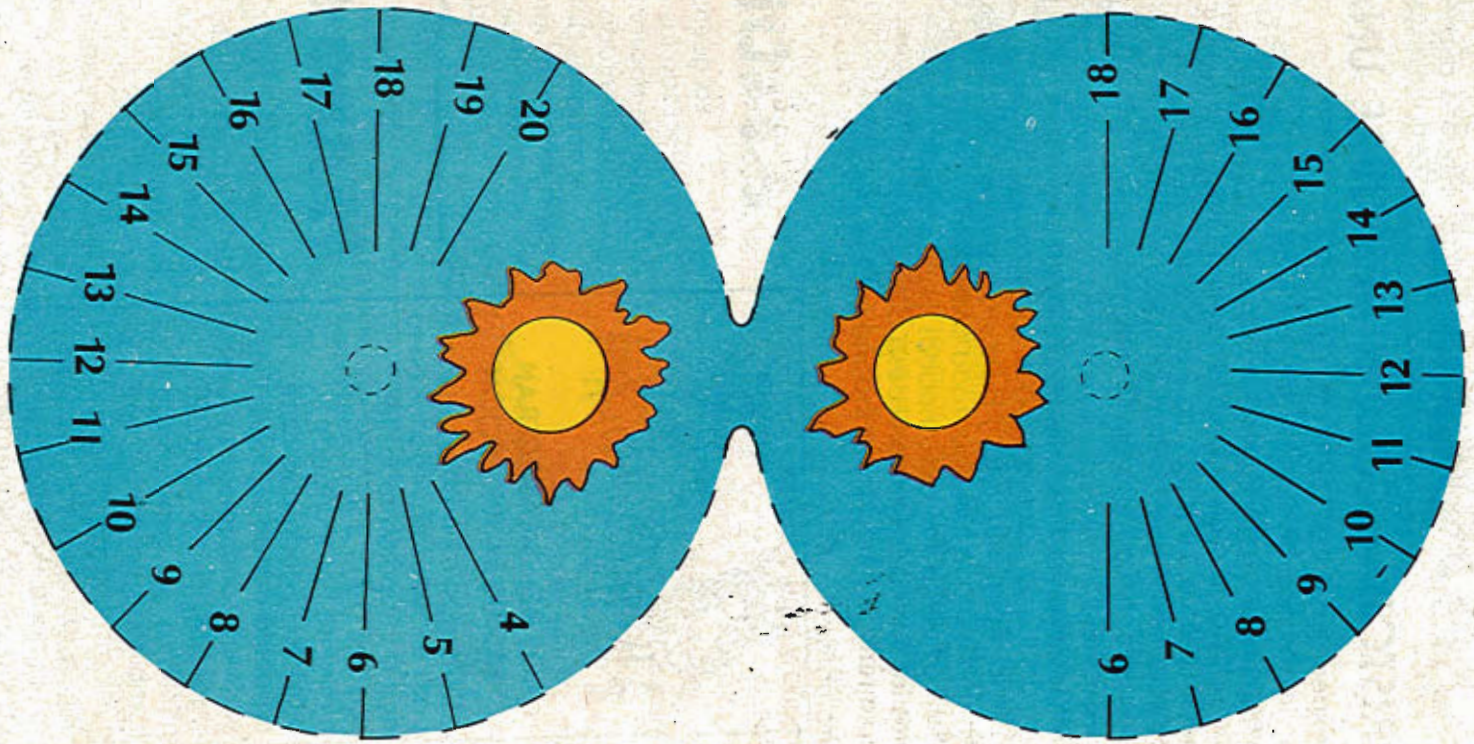


El popote que es el eje del reloj, queda paralelo al eje polar de la Tierra mientras que el disco queda paralelo al Ecuador. Cuando la Tierra da una vuelta el reloj también lo hace y la sombra del popote va recorriendo las horas de la carátula.

Así debe quedar tu reloj. El popote en el momento de la fotografía, marca las 12 horas en punto.

CORTA EL POPOTE DE ACUERDO
A LA "LATITUD" DE TU CIUDAD





EL DIARIO ESPAÑOL

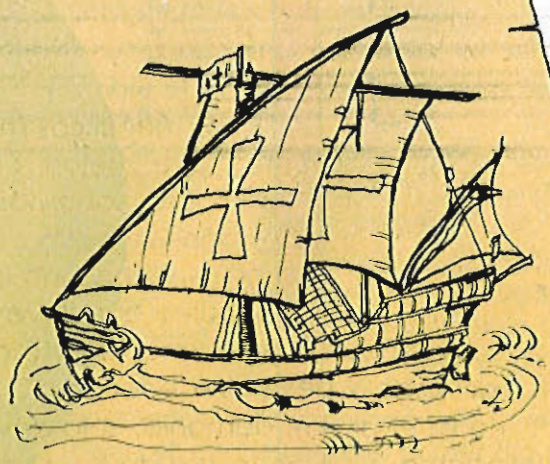
Madrid, 1492

A fines del siglo XV aún no había periódicos pero si hubieran existido, la noticia siguiente quizás se habría publicado así:

CRISTOBAL COLON DESCUBRE UNA NUEVA RUTA

La expedición del almirante Cristóbal Colón, que se inició hace 69 días, ha llegado a tierra. El navegonte zarpó del Puerto de Palos el 3 de agosto, al mando de tres naves de tipo carabela, La Pinta, La Niña y La Santo María. Dos de ellas llevan como capitanes a los hermanos Pinzón. La meta era la ruta a las islas de la especiería.

Nuestro corresponsal nos informa que fue la mañana del 12 de octubre cuando un marinero gritó "¡Tierra, tierra a la vista!". El desembarco se hizo en una isla que fue bautizada como San Salvador. Las tierras son desconocidas, noticia que ha causado conmoción pues el descubrimiento quizás cambie la situación de España y de otros países.



LOS REYES OFRECERAN FASTUOSA RECEPCION

Se prepara una bienvenida para el audaz navegante en la que participarán todos los sectores de la población. El almirante ha anunciada su próxima llegada a la corte española donde expondrá los productos descubiertos en esos lugares; especies como la pimienta que tiene un sabar combinado de clavo, canela y nuez moscada; y la vainilla, que es la cápsula de una rara flor llamada orquídea. Se rumora que las lejanas tierras son inmensamente ricas en oro, plata y piedras preciosas.

Crisis en el país

La guerra y expulsión de los árabes han afectado las arcas reales. Los reinos de Castilla y Aragón se encuentran en bancarrota. El desempleo ha aumentado con los soldados que han sido licenciados del ejército. A la crisis se agrega el bloqueo de las rutas comercioles por los turcos, motivo que impide el comercio con oriente, principalmente de especies.

PERRO SIN PELO

Comentarios de la tripulación de la nove han informodo a nuestro corresponsal que entre las curiosidades que Colón embarca para su visita a España, se encuentra un perro sin pelo llamado "ixcuintle" que en algunos lugares sirve de alimento a los nativos. Hay también aves de plumajes exóticos: uno verde que los marineros conocen como "loro" y una especie de gallina grande, de colar negro que se conoce como guajolote.

DE TODO como en botica

¿Existen los dragones?

Esos terroríficos monstruos que aparecen en los libros de cuentos, que vuelan, que tienen escamas y arrojan fuego por las fauces, sabemos bien que no existen. Hace muchos años se creyó en ellos; en Europa se les consideraba como demonios y en China como dioses. Los dragones actuales son unos reptiles que llevan ese nombre, como el dragón de Komodo, un enorme lagarto que llega a medir 3 metros de largo y pesa alrededor de 50 kilos. No tiene alas, no arroja fuego, no es ni dios ni demanio; sóla devora todo lo que encuentra y tiene un apetito insaciable. Vive en la isla de Komodo en el Oceáno Indico.

EL DODO: UN SIMBOLO

El pájaro Dodo era una tímida ave que existió hace muchos años. Habitaba Nueva Guinea, Nueva Zelandia y las islas cercanas. Era torpe para caminar, no volaba y era manso y amigable, cualidades que lo hacían incapaz para enfrentarse al hombre y a sus animales como perros, gatos y ratas, esos grandes navegantes predatorios.

Los marineros europeos que desembarcaban en aquellas islas, los cazaban y hostilizaban por diversión ya que su carne no era comestible. Abandonaban a los animales muertos entre la selva y en las playas, después de haberlos aterrorizado y perseguido con palos. El Dodo y el Solitario, otro pájaro semejante de las islas del Oceáno Indico, son algunas de las especies desaparecidas sin dejar huellas. Sólo queda el recuerdo que ha permitido considerar al Dodo como un símbolo de los que luchan por la conservación de animales y de plantas amenazados por la destrucción irracional de los hombres.

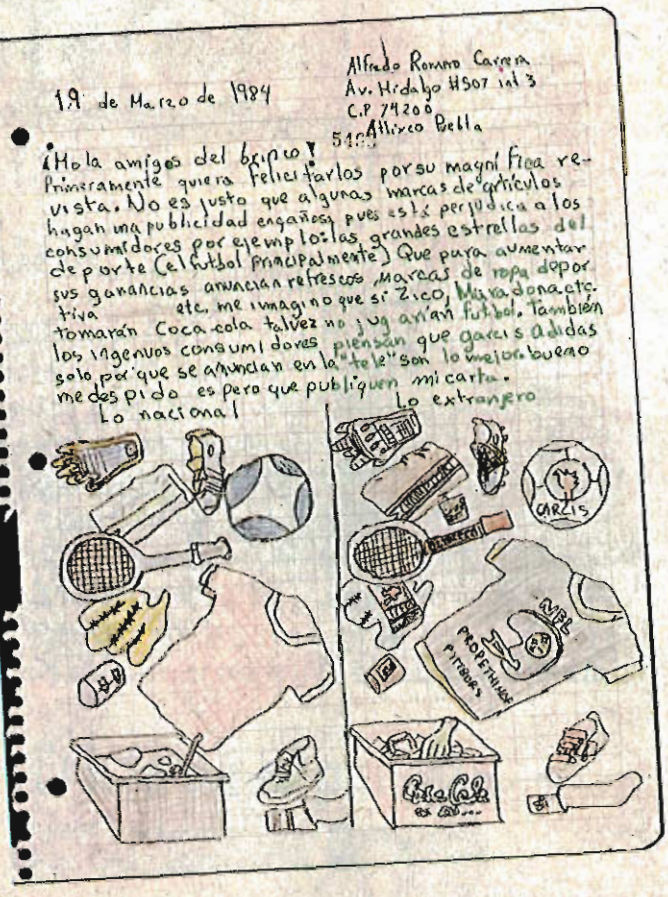
Una celebración impartada de los Estados Unidos, satura las tiendas de la ciudad con disfraces de brujas y de duendes, con máscaras de calabazas de cartán y con gatos negros y escobas de mentiras. Los niñas hacen fiestas y se disfrazan para pedir dulces y dinero en las casas, como lo hacen los niños norteamericanos al celebrar, el 31 de octubre una fiesta que nació entre los pueblos celtas de Europa hace cientas de años.

Se hacía al final de la cosecha y se creía que los espíritus de frutas y verduras y las fantasmas de gentes conocidas visitaban a los vivos. Años después los celtas se convirtieron en cristianos y celebraran el Allhallows Day, ahora Halloween. Los norteamericanos tienen antepasadas irlandeses e, ingleses que transmitieran la tradición pero no tienen nada que ver con nuestras costumbres, ni con la hermasa ceremonia del Día de Muertos en que hay ofrendas y flares mexicanas.

No creemos que sea necesario que gastes tu dinera en adquirir disfraces ni que quieras practicar una tradición que no nos corresponde en México.

El correo de los brincadores

Esperamos tu carta:
El Brinco
Apdo. Postal 20-600
01020 México, D.F.


19 de Marzo de 1984
Alfredo Romero Carrera
Av. Hidalgo #507 int 3
C.P 74200
Atlixco Puebla
¡Hola amigos del brinco!
Primeramente quiera felicitarlos por su magnífica revista. No es justo que algunas marcas de artículos hagan una publicidad engañosa pues está perjudica a los consumidores por ejemplo: las grandes estrellas del deporte (el futbol principalmente) Que para aumentar sus ganancias anuncian refrescos, marcas de ropa deportiva etc. me imagino que si Zico, Maradona etc. tomarán Coca-cola talvez no jugarían futbol. También los ingenuos consumidores piensan que garcis adidas solo porque se anuncian en la "tele" son lo mejor. bueno me despido espero que publiquen mi carta.
Lo nacional
Lo extranjero

BRINQUITOS.

Esta no es una sección nueva de este suplemento, "Brinquitos" es el nombre de una golosina que cuesta cinco pesos. Se trata de un sobre de 5 x 4 cms. que contiene sal enchilado con sabor a durazno, a limón, a chabacano o naranja. Sus ingredientes, son azúcar con harina de soya, sal yodatada y benzoato de sodio, lo que arroja una enorme dosis de sal que destruye los dientes y complica las funciones de tu organismo. Nada tan lejos de los principios de El Brinco como patrocinar una golosina chatarra como ésta. Por lo tanto, te aseguramos que cualquier semejanza con el original es pura coincidencia.

Alfredo:

Estamos de acuerdo contigo. Los deportistas no deberían prestarse a realizar una publicidad engañosa, pues como dices, si se alimentaran de productos chatarra no tendrían una buena condición física.
Agradecemos tus conceptos y publicamos tu carta.

¿Qué se puede hacer con los envases de la leche?

Los envases de leche nos pueden servir para hacer diversos objetos. El Brinco te invita a que desarrolles tu imaginación e ingenio y nos mandes tus ideas, para publicarlas ilustradas por ti o por los dibujantes de El Brinco.

CARACOLEANDO LOS DOMINGOS EN LA TARDE

"Oye, amigo, psss, ¡oye!. . . ya podemos salir, nada más está el sol y con él no hay problema", le dijo un caracol a otro. Ayudándose con una hoja empezó a salir de su concha y comenzó a cantar: "Caracol, caracol. Mira de frente al sol, sal de tu concha, no tengas miedo. . ."

Escucha "Caracoleando", todos los domingos en Radio Infantil de las 5 a las 5:30 p.m. en el 630 de tu radio.

¿Leíste en El Brinco anterior a éste (No. 33, septiembre) lo publicado sobre un micrófono de juguete que costaba 700 pesos? Queremos aclararte que actualmente su precio es de 240 pesos. En una encuesta entre niños que lo compraron cuando recién salió al mercado, nos dijeron que se deshizo en los primeros juegos. Fue seguramente su débil material y su excesivo precio los que obligaron a los comerciantes a hacer una gran rebaja que tampoco lo convierte en útil ni en práctico.